



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
09:30 - 10:30	09:30 - 10:30	09:30 - 10:30	09:30 - 10:30	09:30 - 11:00	10:00 - 11:00
Kickboxen BOOST Maurice + USC	Boxen BOOST Luis + USC	Kickboxen TECHNIK 1-2 Patrick + USC	Boxen TECHNIK 1 Luis + USC	Thaiboxen TECHNIK 1+2 Alina 90 Min. + USC	Boxen BOOST Murat / Ozan
17:15 - 18:15	17:15 - 18:15	17:15 - 18:15	17:15 - 18:15	17:15 - 18:15	11:15 - 12:45
YOUNGSTER KICKBOXEN (7-10) Ozan	YOUNGSTER K1 (11-18) Montasar	YOUNGSTER KICKBOXEN (11-14) Patrick	YOUNGSTER KICKBOXEN (7-10) Maurice	Boxen TECHNIK 1 Dennis	Wettkampftraining 90 Min. BOXEN Murat
YOUNGSTER KICKBOXEN (11-14) George	Kickboxen BOOST Robert + USC	Thaiboxen TECHNIK 1 Güney + USC	YOUNGSTER K1 (11-18) Montasar	klassisches Thaiboxen TECHNIK 1-2 Susann 90 Min.	Wettkampftraining K1 90 Min. / Montasar
NEU: RINGEN Murat	freies Training (Anmeldung max. 5)	freies Training (Anmeldung max. 5)	Boxen Technik 1 Murat	freies Training (Anmeldung max. 5)	freies Training (Anmeldung max. 5)
18:30 - 19:30	18:30 - 19:30	18:30 - 19:30	18:30 - 19:30	18:30 - 19:30	USC = ZUGANG FÜR URBAN SPORTS CLUB Stand 01.02.2024
Boxen TECHNIK 1 Ozan	klassisches Thaiboxen TECHNIK 1 Susann	Kickboxen TECHNIK 1- 2 Alina	Boxen TECHNIK 2 Murat	Kickboxen TECHNIK 1 Dennis	
Thaiboxen TECHNIK 1 George	Boxen TECHNIK 1 Robert	Boxen TECHNIK 2 Luis 90 Min	Kickboxen TECHNIK 1 Denise	Boxen TECHNIK 2 Tala	
PROBETRAININGS Murat 19.30 - 20.30	K1 Montasar		YOUNGSTER KICKBOXEN (15-18) Maurice		
19:30 - 21:00	19:30 - 21:00	19:30 - 21:00	19:30 - 21:00		
PRATZE BOOST 90Min George + USC	Boxen TECHNIK 2 Robert	PRATZE BOOST 90Min Alina + USC	Kickboxen TECHNIK 1-2 Denise		
freies Training (Anmeldung max. 5)	klassisches Thaiboxen TECHNIK 2 Susann 90 Min.	freies Training (Anmeldung max. 5)	K1 Montasar		
	freies Training (Anmeldung max. 5)		PROBETRAININGS Murat 19.30 - 20.30		