Uhrzeit	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag			Samstag und Sonntag
	Matten Raum	Halle 1	Halle 2	Matten Raum	Halle 1	Halle 2	Matten Raum	Halle 1	Halle 2	Matten Raum	Halle 1	Halle 2	Matten Raum	Halle 1	Halle 2	
15:00													**Karate** Bambinis 5-7 Jahre			Freies Training nach Absprache mit dem jeweiligen Trainer
15:15																
15:30																
15:45																
16:00													**Karate** Kinder 8-12 Jahre			
16:15																
16:30																
16:45																
17:00	**Karate** Kinder 8-12 Jahre									**Karate** Kumite Leistungs-gruppe			**Karate** Jugendliche ab 13 Jahre			
17:15																
17:30					**Boxen**											
17:45																
18:00	**Karate** Jugendliche ab 13 Jahre			**Ninjutsu**							**Boxen**					
18:15		**Thai Bo**						**Pilates**								
18:30						**Taekwon-Do**				**Taekwon-Do**			**Muay Thai** ab 10 Jahre			
18:45																
19:00	**Muay Thai** ab 10 Jahre				**Karate** Erwachsene Anfänger		**Muay Thai** ab 10 Jahre								**Ving Tsun** Anfänger	
19:15																
19:30		**Ving Tsun** Anfänger									**Karate** Erwachsene Anfänger					
19:45														**Karate** Erwachsene Fortge-schrittene		
20:00				**BJJ** Technik Training Gi				**Ving Tsun** Fortgeschrittene		**BJJ** Technik Training Gi			**BJJ** Technik Training No Gi			
20:15	**BJJ** freies Training				**Karate** Erwachsene Fortgeschrittene		**BJJ** freies Training									
20:30																
20:45																
21:00																
21:15																
21:30																
21:45																
22:00																