



# Trainingsplan - KICKBOXCLUB Tiroler Oberland



KW: 11

Datum:	Montag:	12.03.18	Dienstag:	13.03.18	Mittwoch:	14.03.18	Donnerstag:	15.03.18	Freitag:	16.03.18	Samstag:	17.03.18
Zeit	Trainer	Kurs	Trainer	Kurs	Trainer	Kurs	Trainer	Kurs	Trainer	Kurs	Trainer	Kurs
09:00												
10:00												
11:00												
12:00												
13:00												
14:00												
15:00												
16:00												
17:00	Janine	Kinder Fitness & Kickboxen (Gruppe 1)			Christian	Kinder Fitness & Kickboxen (Gruppe 1)						
17:30												
18:00	Janine	Kinder Fitness & Kickboxen (Gruppe 2)			Christian	Kinder Fitness & Kickboxen (Gruppe 2)						
18:30									-	Sparring		
19:00			Stefan	Kickboxen Basics & Fitness			Christian	Kickboxen Basics & Fitness				
19:30												
20:00												
20:30			-	Fight Team: Leicht- und Vollkontakt			-	Fight Team: Leicht- und Vollkontakt				
21:00												
21:30												

**Notiz:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

