

TOUGH GYM KURSPLAN 2018
THE HEART AND SOUL OF BOXING

<u>Montag</u>	<u>Dienstag</u>	<u>Mittwoch</u>	<u>Donnerstag</u>	<u>Freitag</u>
Boxen Frei für alle 9:30 – 11:00			Boxen Frei für alle 9:30 – 11:00	
Boxen Anfänger 18:00 – 19:00	Thai-Boxen Anfänger 18:00 – 19:00	Boxen Frei für Alle 18:00 – 19:30	BJJ (Brazilian Jiu-Jitsu) 18:00 – 20:00	Boxen Anfänger 18:00 – 19:30
Thai-Boxen Fortgeschritten 19:00 – 20:00	Thai-Boxen Fortgeschritten 19:00 – 20:00	Thai-Boxen Anfänger & Fortgeschritten 19:30 – 21:00	Managerboxen 20:00 – 21:30	Thai-Boxen Fortgeschritten 19:30 – 21:00
Managerboxen 20:00 – 21:30	BJJ (Brazilian Jiu-Jitsu) 20:00 – 21:30			