

Trainingsplan

(ab 10.6.2021)



Sportschule Mach1 UG New York Str. 11 76149 Karlsruhe www.Sportschule-Mach1.de

Zeit	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag			Samstag	Sonntag
	Raum 1	Raum 2	Raum 3	Raum 1	Raum 2	Raum 3	Raum 1	Raum 2	Raum 3	Raum 1	Raum 2	Raum 3	Raum 1	Raum 2	Raum 3	14-16h Boxen mit Fabi	
17:00 ↻																	
17:30 ↻		Kinder Sport-Karate 5-11 Jahre	Kickboxen Kids & Teens														
18:00 ↻																	
18:30 ↻																	
19:00 ↻																	
20:00 ↻																	
20:15 ↻																	
21:00 ↻																	

FITNESS GYM nur 15,- Aufpreis!

Neu 17:00

Neu 17:00

RESERVIERT 15:00-20:30

**MACH1 FIGHTCLUB
OFFENER SPARRING**

**BOXEN
MMA
KICKBOXEN**

**Immer am ersten
Samstag
jedes Monats
von 11h-13h**

NUR für Mitglieder!

**NICHTMITGLIEDER
vorher anmelden
oder mit Tageskarte !**

Legende:

Anfängerkurs!
Finden NICHT Ganzjährig statt!

Raum 1 - Boxen

Raum 2 - Fitness

Raum 3 - Kampfsport

Kids & Jugend

Während der offiziellen Trainingszeiten 17:30-21h, ist **KEIN** Individuelles Training möglich!
Außerhalb der Trainingszeiten, NUR mit PLUS Mitgliedschaft! Fitnessbereich NUR mit PLUS Mitgliedschaft!!