



Kursplan Chok Dee Eckartsweier e.V.

Tag	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag		Sonntag	
Uhrzeit	Kursraum 1 (groß)	Kursraum 2 (klein)	Kursraum 1 (groß)	Kursraum 2 (klein)	Kursraum 1 (groß)	Kursraum 2 (klein)	Kursraum 1 (groß)	Kursraum 2 (klein)	Kursraum 1 (groß)	Kursraum 2 (klein)	Kursraum 1 (groß)	Kursraum 2 (klein)	Kursraum 1 (groß)	Kursraum 2 (klein)
11.00 - 12.00					BJJ Jugend + Erwachsene gerade Woche									
12.00 - 13.00											BJJ Jugend gerade Woche			
13.00 - 14.00											BJJ Erwachsene gerade Woche			
14.00 - 15.00											Sparring / freies Training			
15.00 - 16.00									Kickboxen Minis					
16.00 - 17.00	Kickboxen Jugend Level 2	Kickboxen Jugend Level 1	SEAMA Jugend		Muaythai Jugend Level 2	Muaythai Jugend Level 1	SEAMA Jugend		Kickboxen Jugend Level 2	Kickboxen Jugend Level 1	Gym zu			
17.00 - 18.00	Kickboxen Jugend Level 3		Dirty Boxing			Muaythai Jugend Level 3	Dirty Boxing		Kickboxen Jugend Level 3					
18.00 - 19.00	Kickboxen Erwachsene Level 2	Kickboxen Erwachsene Level 1	Fitness Kickboxen	FMA	Muaythai Erwachsene Level 1	Muaythai Erwachsene Level 2	Power Fitness	FMA	Kickboxen Erwachsene Level 2	Kickboxen Erwachsene Level 1				
19.00 - 20.00	Kickboxen Erwachsene Level 3	Boxing Jugend	BJJ Jugend ungerade Woche	SEAMA Erwachsene Level 1	Muaythai Erwachsene Level 3	Power Hour	BJJ Jugend ungerade Woche	SEAMA Erwachsene Level 1	Kickboxen Erwachsene Level 3	Boxing Jugend				
20.00 - 21.00	Boxing Erwachsene		BJJ Erwachsene ungerade Woche	SEAMA Erwachsene alle Level	Silat Level 1	Silat Level 2	BJJ Erwachsene ungerade Woche	SEAMA Erwachsene alle Level	Boxing Erwachsene					
21.00 - 22.00				SEAMA Erwachsene Level 2		Silat Level 3		SEAMA Erwachsene Level 2						