

AZEM KAMPFSPORT TRAININGSPLAN WIL

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
18:20-19:15		Fitness und Aerobic Zumba			
19:00-20:30			Kickboxing Thaiboxing		Kickboxing Thaiboxing
19:25-20:20		Fitness und Aerobic Piloxing			
20:00-21:15			Frauenpower Ladys only		
20:00-21:30	Kickboxing Thaiboxing				
20:25-21:15		Fitness und Aerobic Piloxing Knockout			