

Executive Sports Club

Course Plan „Die Welle“ 2012



	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
10.00 Uhr	Women Kickboxing & Body Forming 10.00 – 11.00 Uhr			Women Kickboxing & Body Forming 10.00 – 11.00 Uhr			
10.30 Uhr							
11.00 Uhr							
11.30 Uhr							
12.00 Uhr							
12.30 Uhr		Boxing Basic I 12.30 – 14.00 Uhr		Boxing Basic I 12.30 – 14.00 Uhr			
13.00 Uhr							
13.30 Uhr							
14.00 Uhr							
14.30 Uhr						Kickboxing 14.30 – 16.00 Uhr	
15.00 Uhr							
15.30 Uhr							
16.00 Uhr							Boxing Basic I 15.30 – 17.00 Uhr
16.30 Uhr							
17.00 Uhr		Youngster Boxing 17.00 – 18.30 Uhr		Youngster Boxing 17.00 – 18.00 Uhr			Kickboxing 17.00 – 18.00 Uhr
17.30 Uhr							
18.00 Uhr	Boxing Basic I 18.00 – 19.00 Uhr		Boxing Basic I 18.00 – 19.00 Uhr	Kickboxing Basic I 18.00 – 19.00 Uhr	Boxing Basic I 17.30 – 18.30 Uhr		
18.30 Uhr							
19.00 Uhr	Kickboxing Basic I 19.00 – 20.00 Uhr	Kickboxing Basic II 18.30 – 20.00 Uhr	Kickboxing Basic I 19.00 – 20.00 Uhr	Kickboxing 19.00 – 20.00 Uhr	Kickboxing Basic II 18.30 – 20.00 Uhr		
19.30 Uhr							
20.00 Uhr	Boxing 20.00 – 21.30 Uhr	Boxing Basic I 20.00 – 21.00 Uhr	Boxing 20.00 – 21.30 Uhr	Boxing Basic I 20.00 – 21.00 Uhr	Boxing 20.00 – 21.30 Uhr		
20.30 Uhr							
21.00 Uhr							
21.30 Uhr							