

# Kursplan Black Eagle

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
11:00 - 12:00 ( 1h )						Freies Training
12:00 - 13:30 ( 1,5h )						Kickboxen Kinder Anfänger
13:30 - 15:30 ( 2h )						Fortgeschritten Kämpfer*
15:30 - 17:00 ( 1,5h )			Spezialtraining Kinder*			
15:30 - 17:30 (2h )	Spezialtraining Kinder*					
16:00 - 17:30 ( 1,5 h )				Kickboxen Kinder Anfänger		
17:00 - 18:30 ( 1,5 h )		Kickboxen Kinder Anfänger	Formen ( KATA ) Anfänger*		Formen ( KATA ) Fortgeschritten*	
17:30 - 19:00 ( 1,5h )	Formen ( KATA )*					
18:30 - 20:00 ( 1,5h )		Gesund&fit / Boxen , LK ,Vk	Fortgeschritten Kämpfer*		Kickboxen Anfänger	
19:00 - 20:30 ( 1,5h )	Kickboxen Anfänger					
20:00 - 21:30 ( 1,5h )			Kickboxen Anfänger			
20:30 - 22:00 ( 1,5h )	Fortgeschritten Kämpfer*					

\*Teilnahme nur nach Aufforderung durch den Trainerstab