

Montag

- BadAss Fitness 08:00 - 09:00
mit Robert
- BJJ No Gi - All Levels 09:30 - 11:00
mit Felipe
- BJJ Gi/ No Gi - Free Sparring 11:00 - 12:00
mit Felipe
- BadAss Fitness 11:00 - 12:00
mit Robert
- BJJ Gi - All Levels 12:00 - 13:30
mit Felipe
- BJJ KIDS 17:00 - 18:00
mit Felipe
- MMA Standup 17:30 - 19:00
mit Saman
- BJJ Gi - All Levels 18:00 - 19:30
mit Felipe
- EXTERN (Tae Kwon Do) 19:00 - 21:00
mit Großmeister Kang
- BJJ No Gi - All Levels 19:30 - 21:00
mit Ulf/Felipe
- BadAss Fitness 21:00 - 22:00
mit Linda

Dienstag

- BadAss Fitness 07:00 - 08:00
mit Linda
- BJJ No Gi - Basics 10:00 - 11:00
mit Felipe
- MMA - All Levels

	<i>mit Ulf</i>	10:00 - 11:00
■	BJJ No Gi - Advanced <i>mit Felipe</i>	11:00 - 12:30
■	Badass Fitneß - Balls of Steel <i>mit Ulf</i>	11:00 - 12:00
■	MMA - All Levels <i>mit Ulf/Eike</i>	17:30 - 19:00
■	BJJ No Gi - Advanced <i>mit Felipe</i>	18:00 - 19:30
■	Muay Thai - Basics <i>mit Eike</i>	19:00 - 20:00
■	BJJ No Gi - Basics <i>mit Felipe</i>	19:30 - 21:00
■	Muay Thai - All Levels <i>mit Eike</i>	20:00 - 21:30
■	Badass Fitness <i>mit Robert</i>	21:00 - 22:00

Mittwoch

■	BadAss Fitness <i>mit Robert</i>	08:00 - 09:00
■	MMA Standup - All Levels <i>mit Saman</i>	10:00 - 11:00
■	BJJ Gi - All Levels <i>mit Felipe</i>	10:30 - 12:00
■	BadAss Fitness <i>mit Robert</i>	11:00 - 12:00
■	BJJ No Gi - All Levels <i>mit Felipe</i>	12:00 - 13:30
■	BJJ KIDS	

	<i>mit Felipe</i>	17:00 - 18:00
■	BJJ Gi - All Levels <i>mit Felipe</i>	18:00 - 19:30
■	MMA - Basics <i>mit Olli</i>	18:00 - 19:00
■	MMA - Basics <i>mit Olli</i>	18:00 - 19:00
■	MMA Bodenkampf - Basics <i>mit Olli/Ulf</i>	19:00 - 20:00
■	EXTERN (Tae Kwon Do) <i>mit Großmeister Kang</i>	19:30 - 21:30
■	MMA Ground & Pound - Advanced <i>mit Ulf/Olli</i>	20:00 - 21:30

Donnerstag

■	BJJ Gi - Basics <i>mit Felipe</i>	09:00 - 10:00
■	BJJ Gi - Advanced mit Felipe <i>mit Felipe</i>	10:00 - 11:30
■	BJJ Gi Advanced - mit Felipe <i>mit Felipe</i>	10:00 - 11:00
■	Muay Thai Basics <i>mit Gemma</i>	10:00 - 11:00
■	Badass Fitneß - Balls of Steel <i>mit Luca</i>	11:00 - 12:00
■	BJJ KIDS <i>mit Felipe</i>	17:00 - 18:00
■	BJJ Gi - Basics <i>mit Felipe</i>	18:00 - 19:30
■	Muay Thai Basics	

mit Gemma

18:00 - 19:00

- Ringen - Basics

19:00 - 20:00

mit Jens/Ahmad

- BJJ Gi - Advanced

19:30 - 21:00

mit Felipe

- Muay Thai - Advanced

20:00 - 21:30

mit Eike

- Muay Thai - Advanced

20:00 - 21:30

mit Eike

- Badass Fitness

21:00 - 22:00

mit Robert

Freitag

- BadAss Fitness

07:00 - 08:00

mit Robert

- BadAss Fitness

08:00 - 09:00

mit Robert

- Sunrise Yoga

09:00 - 10:00

mit Jelena

- BJJ Gi - All Levels

10:30 - 12:00

mit Felipe

- BadAss Fitness

11:00 - 12:00

mit Robert

- BJJ Gi/ No Gi - Free Sparring

12:00 - 13:00

mit Felipe

- MMA - All Levels

17:00 - 18:00

mit Ulf

- BJJ No Gi - All Levels

17:00 - 18:00

mit Felipe

- MMA - Basics

mit Ulf

18:00 - 19:30

- MMA Ringen - Advanced

18:00 - 19:30

mit Jens/Ulf

- EXTERN (Karate)

19:30 - 21:30

Makotokai Karate

- EXTERN (Tae Kwon Do)

19:30 - 21:30

mit Großmeister Kang

Samstag

- Combat Ladies

11:00 - 12:00

mit Sonja

- MMA Standup - All Levels

12:00 - 13:00

mit Idir

- MMA - Advanced SPARRING

13:00 - 14:30

mit Ulf

Sonntag

- Muay Thai - Advanced

12:30 - 14:00

mit Eike

- Badass Fitneß - Balls of Steel

14:00 - 15:00

mit Ulf

- Open Mat

15:00 - 16:00