



MAANDAG:

10:00 uur Lady's only zaal 2
17:30 uur kickboksen 7 tm 10 jaar zaal 2
17:30 uur Kickboksen 11 tm 15 jaar zaal 1
18:30 uur Wedstrijd groep tot 13 jaar zaal 1
18:30 uur Zak&conditie training zaal 2
19:30 uur wedstrijd groep zaal 1
19:30 uur Kickboksen techniek zaal 1
20:30 uur Zak&conditie training zaal 2

DINSDAG:

10:00 uur Zak&conditie training zaal 2
17:30 uur Worstelen 4 tm 7 jaar zaal 1
18:30 uur Worstelen 8 tm 13 jaar zaal 1
19:00 uur Pads les zaal 2
19:30 uur Worstelen senior (90minuten) zaal 1

WOENSDAG:

07:00 uur start of the day zaal 2
17:30 uur Kickboksen 7 tm 10 jaar zaal 1
17:30 uur Kickboksen 11 tm 15 jaar zaal 2
18:30 uur Wedstrijd groep tm 13 jaar zaal 1
18:30 uur Zak&conditie training zaal 2
19:30 uur wedstrijd groep zaal 1
19:30 uur Kickboksen techniek zaal 1
19:30 uur Lady's Only zaal 2
20:30 uur Zak&conditie training zaal 2



DONDERDAG:

10:00 uur Zak&conditie training zaal 2
13:00 uur zak&conditie training zaal 2
18:30 uur Worstelen mma 6 tm 12 jaar zaal 1
19:00 uur BWT zaal 2
20:00 uur Zak&conditie training zaal 2
19:30 uur Worstelen mma 13+ (90 minuten) zaal 1

VRIJDAG:

07:00 uur Start of the day zaal 2
10:00 uur Lady s only zaal 2
17:00 uur Kids & fun zaal 1
18:30 uur Kickboksen jeugd 7 tm 15 jaar zaal 2
18:30 uur Worstelen 8+ zaal 1
19:30 uur Zak&conditie training zaal 2
19:30 uur Sparring rounds tm 13 jaar zaal 1
20:00 uur Techniek/sparring rounds 14+ zaal 1

ZATERDAG:

10:00 uur Zak&conditie training zaal 2
10:00 uur Peuterles 1,5 tm 3,5 jaar zaal 1
11:00 uur Ouderkind training zaal 2
(elke 2de zaterdag van de maand)

Zondag:

10:00 uur Zak&conditie training zaal 2