

TRAININGSPLAN

Mannheim

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
KM OPEN GYM Erwachsene (Nur Mitglieder) 9.00 – 13.00	KM OPEN GYM Erwachsene (Nur Mitglieder) 9.00 – 13.00	KM OPEN GYM Erwachsene (Nur Mitglieder) 9.00 – 13.00	KM OPEN GYM Erwachsene (Nur Mitglieder) 9.00 – 13.00	KM OPEN GYM Erwachsene (Nur Mitglieder) 9.00 – 13.00		
					SEMINARE EVENTS TRAINER AUSBILDUNG	
	KM KNIFE Messer 18.00 – 19.00	KM KIDS Kinder 5-10 Jahre 17.30 – 18.30		KM KNIFE Messer 18.00 – 19.00		KM KIDS Kinder 5-10 Jahre 17.30 – 18.30
KM WOMEN Only Frauen Gruppe (coming soon) 19.15 – 20.30	KM STAND Schläge, Tritte etc. 19.00 – 20.00	KM TEENS Jugend. 11-16 Jahre 18.30 – 19.30	KM WOMEN Only Frauen Gruppe (coming soon) 19.15 – 20.30	KM STAND Schläge, Tritte etc. 19.00 – 20.00		KM TEENS Jugend. 11-16 Jahre 18.30 – 19.30
	KM BODEN Grappling + Schläge 20.15 – 21.15	KM ADULTS Erwachsene 20.15 – 21.45		KM ADULTS Erwachsene 20.15 – 21.45		KM ADULTS Erwachsene (Fighting, Sparring: Alle) 19.45 – 21.15