

Sportcenter KBV Erding

85435 Erding, Sigwolfstraße 7 a Tel. 08122-84521

www.sportcenter-erding.de

gültig ab Jan. 2012



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
10:00 – 11:00 Pilates / Bodystyling (Wechseln sich jede Wo. ab) Haltung, Kraft, Problemzonen		16:00 – 17:00 Kampfkatten 1a für 4 – 6 Jährige Aufbautraining direkt nach dem Kampfkattenkurs	09:30 – 11:00 Kickboxen Anfänger und Fortgeschrittene		11:00 - 12:30 Kickboxen Anfänger und Fortgeschrittene	Geöffnet von 13:00 – 16:00 In den Sommermonaten Juli, August und September ist am Sonntag geschlossen!
09:30 – 11:00 Kickboxen Anfänger und Fortgeschrittene	16:00 – 17:00 Kampfkatten 1b für 4 – 6 Jährige Aufbautraining nach dem Kampfkattenkurs	17:00 – 18:00 Kampfkatten 1c für 4 – 6 Jährige Aufbautraining nach 1a +1b	15:00 – 16:00 Kampfkatten 1a für 4 – 6 Jährige Aufbautraining direkt nach dem Kampfkattenkurs	15:00 – 16:00 Kampfkatten 1a für 4 – 6 Jährige Aufbautraining direkt nach dem Kampfkattenkurs	12:30 – 13:30 Wettkampfsparring Für Kinder und Erwachsene	
16:00 – 17:00 Allstyle Kinder 1 Weiß bis Gelbgurt Kampfsport für 7 – 13 Jährige	17:00 – 18:00 Allstyle Kinder 1 + 2 Ab Gelb / Orangegurt Kampfsport für 7 – 13 Jährige	18:00 – 19:00 Move and Box Neues Fitness-Box-Workout mit Handschuhen ohne Körperkontakt	16:00 – 17:00 Kampfkatten 2 Aufbau nach Kampfkatten 1	16:00 – 17:00 Allstyle Kinder 1 Kampfsport für 7 – 13 Jährige		
17:00 – 18:00 Kampfkattenkurs Anfängerkurs 10x für 4 – 6 Jährige ab 16. Januar 2012		17:00 – 18:00 Kampfkatten 3 Aufbau nach Kampfkatten 2	18:15 - 19:45 Kickboxen Anfänger und Fortgeschrittene	17:00 - 18:00 Allstyle Kinder 2 Kampfsport für 7 – 13 Jährige		
18:15 – 19:45 Kickboxen Anfänger und Fortgeschrittene	18:00 – 19:00 Allstyle Junior Kampfsport ab 13 Jahre	19:00 – 20:00 Triple P Puls-Power-Problemzonen Super mix	19:00 – 20:00 ZUMBA Latino-Rhythmen mit internationaler Musik und effektiven Workout	19:00 – 20:00 Agil Vital Herz Kreislauf, Muskelkräftigung Koordination		
19:00 - 20:00 THAI BO Kampftechnik, Strong Music, Gerätetraining	19:00 - 20:30 Kickboxen Anfänger und Fortgeschrittene		20:10 – 21:00 Pilates Haltung, Kraft, Problemzonen	18:15 – 19:45 Kickboxen Technikschulung und Pratzenstraining		

Öffnungszeiten Studio: Mo bis Do 9:30 - 13:00 Mo bis Fr 16:00 - 21:30 Sa 10:30 - 16:00 So 13:00 – 16:00

An Feiertagen außer Sonntag ist geschlossen!

Für die Entspannung stehen Sauna und Solarium zur Verfügung.

Saunaplan beachten!