

Unterrichtszeiten

Stand: 11.2025

Uhr	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag		Sonntag	
14 00 15 30 45														
15 00 15 30 45														
16 00 15 30 45	WingKids (Kinderklasse A)				WingKids (Kinderklasse C)				WingKids (Kinderklasse A)					
17 00 15 30 45														
17 00 15 30 45	WingKids (Kinderklasse B)				WingTeens (Jugendklasse A)				WingTeens (Jugendklasse B)					
18 00 15 30 45	WingWarrior (MMA-Mix Boden/Stand)	WingFit	WingWarrior (MMA-Striking)		WingTeens (Junge Erwachsene)	WingWarrior (MMA-Sparring)	WingFit	WingWarrior (Fighter Fitness)	WingWarrior (MMA-Mix)		WingWarrior (MMA-Wettkämpfer only)		WingWarrior (Ringen/Grappling)	
19 00 15 30 45		WingFit					WingFit							
20 00 15 30 45		WingFight		WingFight			WingFight		WingFight					
21 00 15 30 45			WingWeapon				WingWeapon							

WingKids		Kindertraining Alter 4-5 Jahre
WingKids		Kindertraining Alter 6-9 Jahre
WingTeens		Jugendtraining Alter 10-12 Jahre
WingTeens		Jugendtraining Alter 13-15 Jahre

WingFight	Erwachsenentraining Selbstverteidigung
WingWarrior	Erwachsenentraining MMA
WingWomen	Frauengruppe
WingWeapon	Erwachsenentraining Umgang mit Waffen
WingFit	Erwachsenentraining Fitness