



UNTERRICHTSZEITEN

WING REVOLUTION CENTER BAD DOBERAN

STAND: 08.2026

Uhr	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
8 00 15 30 45	WingFight						
00 15 30 45							
10 00 15 30 45	WingWeapon			WingFight Senioren VHS			
11 00 15 30 45				WingFit Senioren VHS		WingWarrior (Klassisches Boxen)	WingWarrior (Grappling)
12 00 15 30 45							

16 00 15 30 45	WingKids (Kinderklasse A)			WingKids (Kinderklasse C)		WingKids (Kinderklasse D)		WingKids (Kinderklasse A)		
17 00 15 30 45	WingKids (Kinderklasse B)			WingTeens (Jugendklasse A)		WingTeens (Jugendklasse B)		WingTeens (Jugendklasse B)		
18 00 15 30 45	WingWarrior (MMA-Focus Ringen)	WingFit		WingTeens (Junge Erwachsene)	WingWarrior (Kickboxen)	WingFit	WingWarrior (Grappling- Drills)	WingWarrior (MMA-Sparring)	WingWarrior (MMA- Drills Boden)	WingWarrior (MMA Drills Stand Up)
19 00 15 30 45	WingFit Fitnesskickboxen		WingFight	WingFit Fitnesskickboxen		WingFight				
20 00 15 30 45										
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
WingFit Erwachsenentraining Fitness
WingWeapon Erwachsenentraining Umgang mit Waffen