

## MAANDAG

**Kickboksen basic  
(Jeffrey)**  
18:30 t/m 19:30

**Techniek  
Kickboks  
gevorderden  
(Jeffrey)**  
19:30 t/m 20:30

## DINSDAG

**Bokszak training  
(Jeffrey)**  
18:00 t/m 19:00

**Bokszak training  
(Jeffrey)**  
19:00 t/m 20:00

**Ladies Only  
Kickboksen basic**  
18:00 t/m 19:00

## WOENSDAG

**Bokszak training  
(Kevin)**  
09:00 t/m 10:00

**Jeugd 6-10 jaar  
(Jeffrey)**  
16:30 t/m 17:15

**Jeugd 11-15 jaar  
(Jeffrey)**  
17:15 t/m 18:00

**Kickboksen  
basic (Jeffrey)**  
18:30 t/m 19:30

**MMA basics  
(Gilbert Yvel)**  
19:30 t/m 20:30

## DONDERDAG

**Ladies Only  
Kickboksen basic**  
18:00 t/m 19:00

**Bokszak training  
(Jeffrey)**  
19:00 t/m 20:00

## VRIJDAG

**Bokszak training  
(Jeffrey / Simon)**  
09:00 t/m 10:00

**Jeugd 6-10 jaar  
(Jeffrey / Simon)**  
16:30 t/m 17:15

**Jeugd 11-15 jaar  
(Jeffrey / Simon)**  
17:15 t/m 18:00

## ZATERDAG

**Bokszak training  
(Kevin)**  
09:00 t/m 10:00

**Bokszak training  
(Kevin)**  
10:00 t/m 11:00