

Kampfsportschulen Allerborn Kampfsport und Fitness

Spinnerei 44, 71522 Backnang www.Kampfsportschule-Allerborn.de

gültig ab 21.09.2025

Montag			18.00 – 19.15 KiBo	19.00 – 20.15 MMA	20.00 – 21.15 Boxen			
Dienstag		17.00 – 18.00 Kinder	18.00 - 19.15 KiBo	19.00 – 20.15 MMA	20.00 – 21.15 Boxen	20.00 - 21.15 Arnis/Fr.Training		
Mittwoch		17.00 - 18.00 Jugend	18.00 – 19.15 KiBo (Fortg.)	19.00 - 20.15 MMA	20.00 - 21.15 Boxen			
Donnerstag	16.00 – 17.00 Kinder	17.00 – 18.15 Mixed	18.00 - 19.15 Jugend	19.00 - 20.15 MMA	19.45 - 21.00 Arnis	20.00 – 21.15 Muay Thai		
Freitag		17.00 - 18.00 Kinder	18.00 - 19.15 Jugend	19.00 – 20.15 MMA (Fortg.)				
Samstag	11.00 - 13.00 Freies Training							
Sonntag	11.00 - 13.00 Freies Training							

Der Cardio- und Fitnessbereich ist während den gesamten Trainingszeiten geöffnet

Kinder : Kampfsportorientierte Grundausbildung für Kinder 6 bis 10 Jahre
 Jugend: 10 bis 14 Jahre. Anschlusstraining als Übergang zu den Erwachseneneneinheiten
 KiBo : Standkampf aus Boxen und Thai-/Kickboxen. Auch geeignet für Anfänger und Breitensportler
 KiBo (Fortg.): Kickbox-und Boxtraining für Fortgeschrittene und Wettkämpfer
 MMA: Stand- u. Bodenkampf mit allen Elementen des Kampfsports
 MMA (Fortg.): MMA-Training für Fortgeschrittene und Wettkämpfer
 KiThaiBo/MMA: Kombiniertes Training aus allen Kampfsportarten
 SV / Arnis: Selbstverteidigung mit und ohne Waffen / Philippinischer Stock- und Messerkampf
 Ju-Jutsu: Traditioneller japanischer Wettkampfsport und Selbstverteidigung
 Muay Thai: Traditionelles Thai Boxen
 Mixed: offen für alle Sportarten