

AB Adult Boxing

BJJ-A BJJ Application

BJJ-E BJJ Endurance

FFT Fight Fit

KB-A KB Advanced

KB-F Kickboxing Fundamentals

Kids Kids

KKB Kardio Kickboxing

MMA-NG MMA-NO Gi

OM Open Mat

SD Self Defense

TB Teen Boxing

	SUN	MON	TUE	WED	THUR	FRI	SAT
6:00 am			BJJ-A 60min		BJJ-A 60min		
9:30 am							FFT 30min
10:00 am							KKB 45min Kids 60min
11:00 am							BJJ-A 60min
11:15 am		BJJ-A 60min	OM 60min	BJJ-A 60min	OM 60min	BJJ-A 60min	
11:30 am							TB 60min
12:00 pm	BJJ-A 60min						BJJ-E 30min
12:30 pm							AB 60min
5:00 pm			Kids 60min		Kids 60min		
5:30 pm		Kids 60min	FFT 30min	Kids 60min	FFT 30min		
5:45 pm		KKB 45min		KKB 45min			
6:00 pm			KKB 45min BJJ-E 60min		KKB 45min BJJ-E 60min	KKB 45min	
6:30 pm		BJJ-A 60min KB-F 60min		BJJ-A 60min KB-F 60min			
7:00 pm			BJJ-A 60min KB-A 60min		BJJ-A 60min KB-A 60min	BJJ-A 60min	
7:30 pm		KKB 60min KB-A 60min MMA-NG 60min		KKB 60min KB-A 60min MMA-NG 60min			
8:00 pm			SD 60min MMA-NG 60min		SD 60min MMA-NG 60min		
9:00 pm							