

TRAININGSPLAN



Abkürzung	Name
10KB	bis 10 Jahre Kinder-Boxen
15KB	bis 15 Jahre Kick-Boxen
15FB	bis 15 Jahre Fitness-Boxen
FB	Fitness-Boxen
KTB	Kick-Thai-Boxen
PB	Profi-Boxen
PT	Privat-Training
*	nach Vereinbarung

BOXCLUB HAAN APP



PT* kann zu allen freien Zeiten gebucht werden, sofern der Trainer verfügbar ist

Wettkämpfe werden angekündigt und sind meist Samstag, daher ist der Boxclub geschlossen.

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
07:00 – 08:00	*	*	*	*	*	*
08:00 – 09:00	*	*	*	*	*	*
09:00 – 10:00	*	*	*	*	*	*
10:00 – 11:30	*	FB	*	FB	*	*
11:45 – 13:00	*	*	*	*	*	*
13:00 – 14:30	*	*	*	*	*	*
14:30 – 16:00	*	*	*	*	*	*
16:00 – 17:00	10KB	15KB	10KB	15KB		*
17:00 – 18:20	15FB	Aktive	15FB	Aktive	15FB	*
18:30 – 20:00	Aktive	Zirkel	Aktive	FB	Aktive	*
20:00 – 21:30	FB	KTB	FB	KTB	FB	*