

TRAININGSPLAN ab 01.02.26

Abkürzung	Name
FAG	Fitness am Gerät
10KB	bis 10 Jahre Kinder-Boxen
15FB	bis 15 Jahre Fitness-Boxen
15ZT	Zirkeltraining bis 15 Jahre
FB	Fitness-Boxen
ABC	Boxschule ab 15 Jahre
AWK	Aktive Wettkämpfergruppe
AGW	Aufbaugruppe Wettkampf
AWK-FS	Aktive Wettkämpfergruppe freies Sparring
AGW- BS	Aufbaugruppe bedingtes Sparring
FT	Freies Training

An gesetzlichen Feiertagen haben wir geschlossen.

Probetraining 2x KOSTENFREI möglich. KEINE Voranmeldung erforderlich.

Trainingsplan SCAN ME



Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
FAG	FAG immer zu den Öffnungszeiten						
10:00 – 11:00		FB		FB			
10:00 – 12:00							FT
16:00 – 16:40	10KB		10KB				
16:00 – 17:00					15ZT		
17:00 – 18:10	15FB	ABC	15FB				
17:00 – 18:20					AGW- BS		
18:30 – 19:50	AWK	AGW	AWK	AGW	AWK-FS		
20:00 – 21:00	FB		FB		FB		