

Trainingsplan 2026

Arnold BoxFit 4133 | gültig ab 01.06.2026



Arnold BoxFit 4133
Gallenweg 8
4133 Pratteln BL
office@arnoldboxfit.ch
061 599 80 80

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Hinweise
						Geschlossen an den Feiertagen 2026/2027 03.04.-06.04.2026 Ostern 01.05.2026 Tag der Arbeit 14.05.2026 Auffahrt 25.05.2026 Pfingstmontag 19.06.2026 Fronleichnam 01.08.2026 Nationalfeiertag 25.12.2026 Weihnachten 01.01.2027 Neujahr Schulferien 2026/2027 Kein Kinder- und Jugendtraining. Sportferien 14.02.-28.02.2026 Frühlingsferien 26.03.-11.04.2026 Sommerferien 27.06.-08.08.2026 Herbstferien 26.09.-17.10.2026 Weihnachtsferien 19.12.2026-02.01.2027 Anmeldung & Anfragen: office@arnoldboxfit.ch
12:15-13:15 BOXFIT Ausdauer & Kraft		12:15-13:15 BOX—FIT Ausdauer & Kraft		12:15-13:15 BOXFIT Ausdauer & Kraft	09:00-14:00 Freies Training Boxen & Boxfit	
18:00-19:00 Frauen BoxFit	17:30-18:40 Jugendtraining	17:30-18:30 Kindertraining	17:30-18:40 Jugendtraining			
19:15-21:00 Wettkampftraining & Boxfit (1)(2)	19:00-20:30 BOXFIT Ausdauer & Kraft	19:00-20:45 Wettkampftraining & Boxfit (1)(2)		19:00-20:30 BOXFIT Ausdauer & Kraft		
Regeln für Wettkampftraining und Sparring (1) Für lizenzierte Boxerinnen und Boxer, die Wettkämpfe bestreiten, ist das Training am Montag- und Mittwochabend Pflicht. (2) Sparring ist nur unter Aufsicht von Arnold oder einem ausgebildeten Wettkampftainer erlaubt; Kopfschutz ist obligatorisch. Einlass: Erwachsene (M & F) Frauen exklusiv Kinder 9-12 Jahre Jugend ab 13 Jahre						Online & Kontakt Live-Kalender