



★ ARNOLD BOXFIT ★ WOCHENPLAN



TAG	UHRZEIT	TRAINING
<u>MONTAG</u>	12:15 – 13:15	BoxFit
	18:00 – 19:00	Frauentraining
	19:15 – 20:30	BoxFit
<u>DIENSTAG</u>	18:00 – 19:00	Jugendtraining (13–16 Jahre)
	19:15 – 20:45	Wettkampftraining
<u>MITTWOCH</u>	12:15 – 13:15	BoxFit
	18:00 – 19:00	Kindertraining (8–12 Jahre)
	19:15 – 20:30	BoxFit
<u>DONNERSTAG</u>	18:00 – 19:00	Jugendtraining (13–16 Jahre)
	19:15 – 20:45	Wettkampftraining
<u>FREITAG</u>	12:15 – 13:15	BoxFit
	19:15 – 20:30	BoxFit
<u>SAMSTAG</u>	10:00 – 12:00	Wettkampftraining & BoxFit (gemeinsam)
	10:00 – 17:00	Freies Training (nach Absprache – wer möchte kommt)

BoxFit

Frauentraining

Kindertraining
(8–12 Jahre)

Jugendtraining
(13–16 Jahre)

Wettkampftraining

Freies Training

★ ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN ★