

BOXCLUB-EPEIOS - TRAININGSPLAN Gültig ab: 01.09.2021

Lehrinstitut für Technik, Taktik und Athletik des Olympischen Boxens.

Diese Trainings sind besonders empfohlen für: * Einsteigerinnen und Einsteiger ** leistungsaffine Einsteigerinnen und Einsteiger

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
					10.00 Uhr Frauenboxen *
	17.00 Uhr Boxen für Kinder *		17.00 Uhr Boxen Taktik **		11.30 Uhr Boxen Taktik **
18.30 Uhr Boxen Athletik & Technik *		17.30 Uhr Boxen Taktik **		17.00 Uhr Boxen für Kinder *	
	18.30 Uhr Boxen Athletik & Technik *		19.00 Uhr Frauenboxen *		12.45 Uhr Boxen Freies Training
20.00 Uhr Boxen Taktik **		19.30 Uhr Boxen Athletik & Technik *		18.30 Uhr Boxen Athletik & Technik *	
	20.00 Uhr Boxen Taktik **		20.30 Uhr Boxen Athletik & Technik *		14.00 Uhr Boxen Athletik & Technik *
		20.30 Uhr Boxen Freies Training			

