

ÖFFNUNGSZEITEN:  
MO. – FR.: 16:00 – 22:00  
SA., SO., & FEIERTAGE: 09:00 – 15:00

**STUNDENPLAN AB SEPTEMBER 2025**

SAAL 1 3.Stock	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
10:00 – 11:30	FREI	07:00 – 08.00 All Levels Boxing Rahimi	FREI	07:00 – 08.00 All Levels Boxing Rahimi	07:00 – 08:00 All Levels Boxing Emre	Zirkeltraining Ab 12 Jahre Michaela K.
16:00 – 17:00	Kinderboxen 7-11 Jahre Angelo	FREI	Kindeboxen 7-11 Jahre Angelo	FREI	Kinderboxen 7-11 Jahre Angelo	
17:00- 18:15	Teenagerboxen 12-15 Jahre Angelo/Rahimi	Teenagerboxen 12-15 Jahre Angelo/Rahimi	Teenager Athletic Training 12-15 Jahre Angelo/Rahimi	Teenagerboxen 12-15 Jahre Angelo/Rahimi	Teenagerboxen 12-15 Jahre Angelo/Rahimi	
18:15 – 19:45	Boxen 1 Ab 16 Jahre Rahimi/Erik	Boxen 2 Ab 16 Jahre Christian	Boxen 1 Ab 16 Jahre Rahimi/Mobin	Boxen 2 Ab 16 Jahre Rahimi	Boxen 1 Ab 16 Jahre Christian/ Mobin	
20:00 – 21:30	Managerboxen Ab 25 Jahre Emre	Zirkeltraining Ab 12 Jahre Michaela	Managerboxen Ab 25 Jahre Emre	FREI	Managerboxen Ab 25 Jahre Michaela K	

SAAL 2 2.Stock	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
10.00 – 11:30	FREI	FREI	FREI	FREI	FREI	Sparring All Levels Rahimi
16:00 – 18:00	FREI	FREI	FREI	FREI	FREI	FREI
18:00 – 19:30	Thaiboxen K1 Fortgeschrittene Angelo	FREI	Thaiboxen K1 Fortgeschrittene Angelo	FREI	Thaiboxen K1 Fortgeschrittene Angelo	FREI
19:30 – 21:00	Thaiboxen K1 Anfänger Angelo	FREI	Thaiboxen K1 Anfänger Angelo	FREI	Thaiboxen K1 Anfänger Angelo	FREI

SAAL 3 1.Stock	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
09:00- 11:00	WK:KADER ROMAN	WK:KADER ROMAN	WK:KADER ROMAN	WK:KADER ROMAN	WK:KADER ROMAN	WK:KADER ROMAN.
16:00- 17:30	WK:KADER ROMAN	WK:KADER ROMAN	WK:KADER ROMAN	WK:KADER ROMAN	WK:KADER ROMAN	
17:30- 19:00	WK-KADER TOM	WK-KADER TOM	WK-KADER TOM	WK-KADER TOM	WK-KADER TOM	
20:00- 21:30	Boxen 2 Ab 16 Jahre Rahimi	Boxen 1 Ab 16 Jahre Christian	Boxen 2 Ab 16 Jahre Rahimi	Boxen 1 Ab 16 Jahre Rahimi	Boxen 2 Ab 16 Jahre Chtristian	

SAAL 4 1. Stock	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
18:15 – 19:45	Frauenboxen Ab 12 Jahn Emre	Probetraining Frauen Emre	Frauenboxen Ab 12 Jahn Emre	Probetraining Gemischt Faro	Frauenboxen Ab 12 Jahn Michaela	FREI
20:00 – 21:30	FREI	FREI	FREI	AIT GRUPPE	FREI	FREI

- 1) Kinderboxen von 7 bis 11 Jahre
- 2) Teenagegerboxen 12 bis 15 Jahre
- 3) Boxen 1, Boxen 2, Zirkeltraining ab 16 Jahren
- 4) ManagerBoxen 25 Jahre



ÖFFNUNGSZEITEN:  
MO. - FR.: 16:00 - 22:00  
SA., SO., & FEIERTAGE: 09:00 - 15:00



Probetraining Frauen Boxen: immer **Dienstag, jeweils 18:00 bis 19.30 Uhr**, nur für angemeldete Schnupperer! Women Only!

Probetraining gemischtes Boxen: immer **Donnerstag, jeweils 18.00 bis 19.30 Uhr**, nur für angemeldete Schnupperer

### Stundenwoche von 54h 45min

#### Haupttrainer:

Michaela  
Rahimi  
Angelo  
Christian  
Emre  
Mobin

#### Ersatztrainer:

Marcel  
Arsen  
Erik Burushian  
Manfred Acheampong  
Valentino  
Nenad  
Mobin  
Marko Cucolic  
Mario  
Ali

