

## STUNDENPLAN AB JULI 2026

SAAL 1 3.Stock	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
07:00 - 08:00				All Levels Boxen		
10:00 - 11:30						Zirkeltraining ab 12 Jahre
16:00 - 17:00	Kinderboxen 7-11 Jahre		Kinderboxen 7-11 Jahre		Kinderboxen 7-11 Jahre	
17:00 - 18:15	Teenagerboxen 12-15 Jahre		Teenagerboxen 12-15 Jahre		Teenagerboxen 12-15 Jahre	
18:15 - 19:45	Boxen 1 ab 16 Jahre	Boxen 2 ab 16 Jahre	Boxen 1 ab 16 Jahre	Boxen 2 ab 16 Jahre	Boxen 1 ab 16 Jahre	
20:00 - 21:30	Managerboxen ab 25 Jahre	Zirkeltraining ab 12 Jahre	Managerboxen ab 25 Jahre		Managerboxen ab 25 Jahre	

SAAL 2 2.Stock	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
10:00 - 11:30						Sparringskurs Ab 12 Jahre
18:00 - 19:30	Thaiboxen K1 Fortgeschrittene	Probetraining und Thaiboxen K1 (jede 2. Woche)*** 18:00 - 19:30	Thaiboxen K1 Fortgeschrittene		Thaiboxen K1 Fortgeschrittene	
19:30 - 21:00	Thaiboxen K1 Anfänger		Thaiboxen K1 Anfänger		Thaiboxen K1 Anfänger	

SAAL 3 1.Stock groß	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
10:00 - 12:00	Wettkampf-Kader	Wettkampf-Kader	Wettkampf-Kader	Wettkampf-Kader	Wettkampf-Kader	Wettkampf-Kader
16:30 - 18:00	Wettkampf-Kader	Wettkampf-Kader	Wettkampf-Kader	Wettkampf-Kader	Wettkampf-Kader	
18:00 - 19:30	Wettkampf-Kader	Wettkampf-Kader	Wettkampf-Kader	Wettkampf-Kader	Wettkampf-Kader	

SAAL 4 1.Stock klein	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
18:15 - 19:45	Frauenboxen ab 12 Jahre	Probetraining Frauen (jede 2. Woche)* 18:15 - 19:45	Frauenboxen ab 12 Jahre	Probetraining Gemischt (jede 2. Woche)** 18:15 - 19:45	Frauenboxen ab 12 Jahre	
20:00 - 21:30	Boxen 2 ab 16 Jahre					

Gültig ab Juli 2026. Bitte beachtet, dass an Feiertagen kein Training laut Programm stattfindet!

\*Probetraining Frauen: Dienstag, 18.15 - 19.45 Uhr, nur für angemeldete Schnupperer: 7.7., 21.7., 4.8., 18.8.

\*\*Probetraining Boxen: Donnerstag, 18.15 - 19.45 Uhr, nur für angemeldete Schnupperer: 16.7., 30.7., 13.8., 27.8.

\*\*\*Probetraining Thaiboxen: Dienstag, 18.00 - 19.30 Uhr, nur für angemeldete Schnupperer: 7.7., 21.7., 4.8., 18.8.