

# CHAMP

## Sommer-Trainingsplan

### 25. Juli bis 11. September 2022

WhatsApp-Hotline



**Auch in den Sommerferien bieten wir durchgehend angeleitete Kurse in Boxen, Kickboxen & Crosstraining an!**

Zudem „Freies Training“ für Mitglieder – wird über unsere WhatsApp-Gruppen organisiert!

**Boxen, Kickboxen & Crosstraining für Alle! – Stark. Fit. Gesund durchs Leben!**

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG+SONNTAG
<b>17.30-18.45</b> <b>Kinder &amp; Jugendboxen</b> Boxbasics für Alle 10-17 J. <b>Probetraining möglich!</b>	<b>08.00-19.00</b> <b>Freies Training</b> für Mitglieder Info via WhatsApp	<b>08.00-19.00</b> <b>Freies Training</b> für Mitglieder Info via WhatsApp	<b>08.00-19.00</b> <b>Freies Training</b> für Mitglieder Info via WhatsApp	<b>17.30-18.45</b> <b>Kinder- &amp; Jugendboxen</b> Boxbasics für Alle 10-17 J. <b>Probetraining möglich!</b>	<b>Samstag:</b> <b>Freies Training</b> nach Absprache Info via WhatsApp
<b>19.00-20.30</b> <b>Boxen &amp; Kickboxen</b> Technik + Taktik <b>Gemeinsames Sparring</b>	<b>19.00-20.30</b> <b>Fitnessboxen für Alle</b> Boxbasics, Technik & Fitness <b>Probetraining möglich!</b>	<b>19.00-20.30</b> <b>Kickboxen für Alle</b> Technik & Fitness <b>Probetraining möglich!</b>	<b>19.00-20.30</b> <b>Fitnessboxen für Alle</b> Boxbasics, Technik & Fitness <b>Probetraining möglich!</b>	<b>19.00-20.30</b> <b>Crosstraining</b> Kraft-Ausdauer-Zirkel <b>Cross &amp; Boxen</b>	<b>Sonntag:</b> <b>Crosstraining</b> nach Absprache Info via WhatsApp

**Willst auch du unsere Trainingsangebote mal ausprobieren? – Einfach via WhatsApp anmelden!**

**Summer Special** **CHAMP 5x5** **Summer Special**

**Du kannst 5mal zum Probetraining á 5€ kommen – ohne Vertrag und ohne Verpflichtung!**

Bei uns sind alle willkommen, aber es gilt: Achtung, Rücksicht & Respekt!

**Wir freuen uns auf euch und wünschen allen einen wundervollen Sommer – Jürgen Hauser & CHAMP-Team**

**CHAMP Sportakademie \* Deisenfangstr. 37 \* 88212 Ravensburg \* WhatsApp-Hotline: +49 176 81 45 75 60 \* Infos: www.champ-rv.de**