



Was: Kids-Boxen

Wer: Kinder von 8 bis 12 Jahren

Wo: Werkhof Egelsee (Boxraum)

Wann: Jeder Mittwoch von 18.30 bis 19.30 Uhr (ab 12.02.25)

Preis: *5.-, für die Miete des Raumes

**wer will, darf auch etwas mehr geben*

Das Training soll spielerisch die Koordination, Kondition, Körperwahrnehmung und vor allem das Selbstbewusstsein steigern. Wir bevorzugen das Spiel mithilfe von Boxtechniken, ohne Körperkontakt und ohne Muskelaufbau.

Was du brauchst:

- Sportkleider
- Trinkflasche
- Handtuch
- Boxhandschuhe und Springseil (falls du welche hast, sonst haben wir einige Paare)

Der Kurs wird von Julien Grindat (Papa von Jeanne, Norma und Margaux) geleitet, der seit fast 10 Jahren Amateurboxer ist.

Julien Grindat

Anmeldung: julien.grindat@gmail.com / 079 554 18 28