



BOXTRAINING

**1X IM MONAT
DONNERSTAGS**

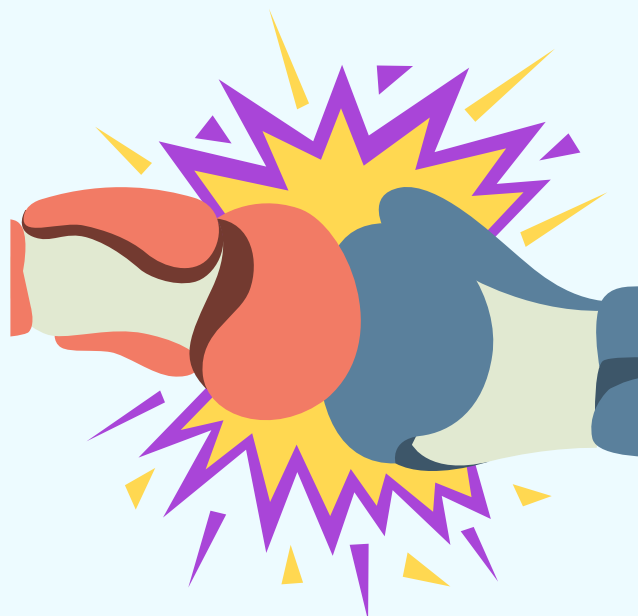
**16:30-17:30 UHR
IM QUIST**

Ab Do, 25.01. geht es weiter mit dem Boxtraining von Jonathan. Donnerstags gibt es neben dem Offenen Treff einmal im Monat ein kostenloses Boxtraining im QuiSt.

Bitte bringt hierfür mit:

- Sportschuhe
- gemütliche Kleidung
- Boxhandschuhe (wenn ihr welche habt)

Das Boxtraining startet wieder am **Donnerstag, 25.01.24 um 16:30-17:30 Uhr!**



BOXTRAINING TERMINE IMMER 16:30-17:30

- Do, 25.01.
- Do, 29.02.
- Do, 28.03.
- Do, 18.04.
- Do, 16.05.
- Do, 27.06.
- Do, 18.07.
- Do, 22.08.
- Do, 26.09.
- Do, 24.10.
- Do, 21.11.
- Do, 12.12.