

Gruppentraining in der Boxschule Dachau

Vereinsmannschaften / Geburtstage / Kindergeburtstag / Teambuilding

"fit durch Boxen - fit für's Boxen"

Boxtraining Kinder von 7 – 9 Jahre

- Spielerisches Aufwärmen
- Boxspezifisches Koordinationstraining
- Spielerisches kennenlernen der Boxgrundlagen
- Auspowern am Sandsack

Maximale Gruppenstärke mit einem Trainer: 12 Kinder

Koordinations- und Geschicklichkeitstraining für Kinder 7 – 9 Jahre

- Spielerisches Aufwärmen
- Koordinations- und Geschicklichkeitstraining (z. B. Hallenparcours / Koordinationsleiter etc.)

Maximale Gruppenstärke mit einem Trainer: 12 Kinder

Kinder

Preis für ca. 50 Minuten: 120,- €
Preis für ca. 70 Minuten: 140,- €
Preis für ca. 90 Minuten: 160,- €

Schüler

Preis für ca. 50 Minuten: 130,- €
Preis für ca. 70 Minuten: 150,- €
Preis für ca. 90 Minuten: 170,- €

Boxtraining Schüler 10 – 15 Jahre

- Aufwärmen und Mobilisation
- Boxspezifisches Koordinationstraining
- Kennenlernen der Boxgrundlagen
- Auspowern am Sandsack

Maximale Gruppenstärke mit einem Trainer: 16 Schüler

Zirkeltraining für Schüler 10 – 15 Jahre

- Aufwärmen und Mobilisation
- Koordinationstraining
- Üben der Techniken für den Zirkel
- Auspowern im abschließenden Zirkel

Maximale Gruppenstärke mit einem Trainer: 16 Schüler

Boxtraining ab 16 Jahre

- Aufwärmen und Mobilisation
- Boxspezifisches Koordinationstraining
- Kennenlernen der Boxgrundlagen
- Auspowern am Sandsack

Maximale Gruppenstärke mit einem Trainer: 16 Teilnehmer

Zirkeltraining ab 16 Jahre

- Aufwärmen und Mobilisation
- Koordinationstraining
- Üben der Techniken für den Zirkel
- Auspowern im abschließenden Zirkel

Maximale Gruppenstärke mit einem Trainer: 16 Teilnehmer

Erwachsene

Preis für ca. 75 Minuten: 150,- €
Preis für ca. 90 Minuten: 170,- €

Mitzubringen:

- Saubere Hallenschuhe
- Sportkleidung

Weitere Informationen:

- Bei den Trainingseinheiten darf natürlich zugeschaut werden, eine schöne Sitzgelegenheit mit Blick auf die Trainingsfläche ist vorhanden.
- Kaffee und Getränke können ebenfalls bei uns erworben werden.
- Boxhandschuhe werden von uns gestellt, eigene Ausrüstung kann natürlich mitgenommen werden
- Verbindliche Buchungen erfolgen nur in Verbindung mit einer Anzahlung in Höhe von 50 Euro, der Restbetrag ist vor dem jeweiligen Training fällig. Bei einer Absage wird die Anzahlung einbehalten. Sollte der Termin von Seiten der Boxschule aus Gründen höherer Gewalt nicht eingehalten werden können, so wird die Anzahlung natürlich zurückerstattet.
- Vor Ort kann nur bar gezahlt werden (EC-Karte etc. nicht möglich). Die Anzahlung kann überwiesen werden.
- Termine sind grundsätzlich am Samstag ganztägig und am So ab 14:30 Uhr, sowie an Feiertagen möglich
- Bei den Preisen handelt es sich um Pauschalpreise mit Stand 01.09.2018

Anmeldung und
Informationen unter

info @ boxen - dachau . de
Tel.: 0171 / 83 54 293