

## Stundenplan Box Academy Bern

freies kraft- und Ausdauertraining während unseren Öffnungszeiten\*

Montag	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
	geschlossen		geschlossen		geschlossen	geschlossen
<b>07:15 – 08:00 Uhr</b> <b>45' Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i> <i>kein Sparring<sup>1</sup></i>		<b>07:15 – 08:00 Uhr</b> <b>45' Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i> <i>kein Sparring<sup>1</sup></i>		<b>07:15 – 08:00 Uhr</b> <b>45' Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i> <i>kein Sparring<sup>1</sup></i>		
<b>10:15 – 11:15 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>	<b>10:15 – 11:15 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>	<b>10:15 – 11:15 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>	<b>10:15 – 11:15 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>	<b>10:15 – 11:15 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>	<b>10:00 – 11:15 Uhr</b> <b>75' Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>	
<b>12:15- 13:15 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>	<b>12:15- 13:15 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>	<b>12:15- 13:15 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>	<b>12:15- 13:15 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>	<b>12:15- 13:15 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>	Ab 12:00 Uhr geschlossen	
14:00 -16:00 Uhr geschlossen	14:00 -16:00 Uhr geschlossen	<b>14:00 – 15:00 Uhr</b> <b>Kids-Boxen</b>	14:00 -16:00 Uhr geschlossen	<b>14:00 – 15:00 Uhr</b> <b>Kids-Boxen</b>		
<b>16:30- 17:30 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>	<b>16:30- 17:30 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>	<b>16:30- 17:30 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>	<b>16:30- 17:30 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>	<b>16:30- 17:30 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>		
<b>17:30- 18:30 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>	<b>17:30 -19:00 Uhr</b> <b>90' Power Boxen</b> <i>Fitnessboxen</i> <i>Grundlagentraining</i>	<b>17:30- 18:30 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>	<b>17:30- 19:00 Uhr</b> <b>90' Power Boxen</b> <i>Fitnessboxen</i> <i>Grundlagentraining</i>	<b>17:30- 18:30 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>		
<b>18:30- 19:30 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>	<b>19:00 – 20:30 Uhr</b> <b>90' Power Boxen</b> <i>Fitnessboxen</i>	<b>18:30- 19:30 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>	<b>19:00 – 20:30 Uhr</b> <b>90' Power Boxen</b> <i>Fitnessboxen</i>	<b>18:30- 19:30 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>		

Box Academy Bern | Randweg 15 3013 Bern | Tel. 031 331 18 37 | [info@boxacademybern.ch](mailto:info@boxacademybern.ch) | [www.boxacademybern.ch](http://www.boxacademybern.ch) | find us on Instagram @boxacademybern

\*Öffnungszeiten der Box Academy Bern: Mo/MI/FR jeweils 07:00-14:00 Uhr | 16:00 – 20:00 Uhr | DI/DO jeweils 09:30-14:00 Uhr | 16:00- 21:00 Uhr | SA 09:30-12:00Uhr

<sup>1</sup>optionales Sparring von 08:00 – 08:30 Uhr, auf eigene Verantwortung!