

# STUNDENPLAN BOX ACADEMY BERN

FREIES KARDIO- UND KRATFTRAINING WÄHREND DEN ÖFFNUNGSZEITEN\*

FITNESSBOXEN: TRAININGSINHALT VARIERT NACH TRAINER\*IN

MONTAG	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
<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>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>	
<b>14:00 -16:00 Uhr</b> <b>geschlossen</b>	<b>14:00 -16:00 Uhr</b> <b>geschlossen</b>	<b>14:00 – 15:00 Uhr</b> <b>Kids-Boxen</b> <i>8-12 Jahre</i>	<b>14:00 -16:00 Uhr</b> <b>geschlossen</b>	<b>14:00 – 15:00 Uhr</b> <b>Kids-Boxen</b> <i>8-12 Jahre</i>	<b>Ab 12:00 Uhr</b> <b>geschlossen</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- 18:30 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>	<b>17:30- 18:30 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>	<b>17:30- 18:30 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</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>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>Power Boxen</b> <i>Fitnessboxen</i>	<b>18:30- 19:30 Uhr</b> <b>Boxtraining</b> <i>Fitnessboxen</i>	



## Stundenplan Box Academy Bern | Juni 2023