

<b>Boxing Kings Boxing Bern</b> Kirchstrasse 4, 3097 Liebefeld (Steinhölzli)		<a href="http://www.boxingkings.ch">www.boxingkings.ch</a> Tel. 031 972 22 92	Einsteiger-Telefon 079 543 35 87	Gültig ab 19.11.2010		
<b>Standorte</b>	<b>Montag</b>	<b>Dienstag</b>	<b>Mittwoch</b>	<b>Donnerstag</b>	<b>Freitag</b>	<b>Samstag</b>
<b>Boxclub Liebefeld</b>	10.30 Öffnung	10.30 Öffnung	10.30 Öffnung	10.30 Öffnung	10.30 Öffnung	9.30 Öffnung
	10.30-11.45 Profiboxen	10.30-11.45 Profiboxen	10.30-11.45 Profiboxen	10.30-11.45 Profiboxen	10.30-11.45 Profiboxen	10.00-11.00 Fitnessboxen
12.00	12.15-13.15 Fitnessboxen	12.15-13.15 Fitnessboxen	12.15-13.15 Fitnessboxen	12.15-13.15 Fitnessboxen	12.15-13.15 Fitnessboxen	
14.00		(1)14.15-15.15 Geschäftsherren	(2) 14.00-15.00 Schülerboxen	(1)14.15-15.15 Geschäftsherren		12.30 Schliessung
17.00		17.00-18.00 Fitnessboxen		17.00-18.00 Fitnessboxen		
18.00	18.00-19.00 Fitnessboxen	18.15-19.15 Fitnessboxen	18.00-19.00 Fitnessboxen	18.00-19.00 Fitnessboxen		
19.00	19.30-21.00 Amateurboxen	19.30-20.30 Fitnessboxen	(1) 19.30-21.00 Amateurboxen	19.15-20.15 Fitnessboxen	(2)18.15-19.15 Schülerboxen	
20.00						
	21.30 Schliessung	21.30 Schliessung	21.30 Schliessung	21.00 Schliessung	20.30 Schliessung	
<b>Turnhalle Matte, Bern</b>	18.30-19.45 Fitnessboxen		18.30-19.45 Fitnessboxen			
<p>Programm für <b>geführte Trainingskurse</b>. Es kann pro Abend nur 1 geführter Fitnesskurs besucht werden.  Mindestzahl für Kurse: <b>5 Personen</b>.  <b>(1)</b> nur nach spezieller Vereinbarung/Voranmeldung. <b>(2)</b> Schülerboxen ab 10 Jahren.  <b>Einführungskurse</b> und andere Termine für geführte Trainings (z.B. Privatunterricht) nach Vereinbarung.  Innerhalb der Öffnungszeiten ist <b>individuelles Training an Kraft- und Ausdauergeräten immer möglich</b>.</p>						