

# HOCHSCHULSPORT

## Boxfitcircle

Zeit: Freitag 18.30 – 19.30 Uhr  
Ort: Zentrum für Athletik  
Am Kavalleriesand 47, 63295 Darmstadt

Du möchtest deine Kraft-Ausdauer verbessern und spezifisch Muskeln aufbauen – dann ist der Boxfitcircle genau richtig für dich. Auf der Grundlage des Boxens werden hier Ausdauer, Schnelligkeit und Kraft trainiert, die der Boxer zur Ausübung seines Sports benötigt. Spezifisches Zirkeltraining für Boxer, ohne das du im Boxen nicht weiter kommst. Probiere es aus!

Der Mitgliedsbeitrag beträgt für Studierende/ Bedienstete der h\_da, die im Rahmen des Hochschulsports in der Boxhalle trainieren, 10 Euro pro Woche. Der monatliche Beitrag beinhaltet alle Kurse sowie Nutzung des Kraftsportbereiches. Diese ermäßigten Mitgliedspreise können nur bei Vorlage des aktuellen Studierendenausweises der h\_da bzw. eines Dienstausweises gewährt werden.

Eine Buchung ist auch noch im Verlauf des Semesters möglich.

Kosten: 10.- €/ Woche  
Kursleiter: Christian Bugge

Anmeldung direkt vor Ort:

Boxing-Rhein-Main GmbH, Am Kavalleriesand 47, 64295 Darmstadt,  
Tel.: 06151/3689987 Mail: [buggeboxing\(at\)googlemail.com](mailto:buggeboxing(at)googlemail.com)