

HOCHSCHULSPORT

Fitness und Krafttraining

Zeit:	Montag bis Freitag	09.00 – 22.30 Uhr
	Samstag, Sonn- und Feiertags:	10.00 – 20.00 Uhr
Ort:	Zentrum für Athletik	
	Am Kavalleriesand 47, 63295 Darmstadt	

Anfänger oder Profi, im Kraft- und Cardioreich des Zentrums für Athletik findet jeder seine optimalen Trainingsbedingungen. Die ausgewogene Mischung aus Profis und Amateuren wird von vielen Anfängern als sehr motivierend empfunden. Die Geräte im Kraftbereich entsprechen dabei der Olympianorm – Profisportler können ihr Training so direkt unter Wettkampfbedingungen gestalten. Die speziell geschulten, qualifizierten Fitnesstrainer unterstützen dich optimal bei der Erreichung deiner Ziele. Mit dir zusammen entwickeln sie einen Trainingsplan, der ganz auf deine Wünsche, Voraussetzungen und Trainingsziele abgestimmt ist.

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

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)