

# MOVE XTREME

## Kampfkunst Michelstadt e.V.

### Hess. Boxverband - Hess. Ju-Jitsu Verband – Landessportbund

Belegungsplan Halle Pelarstraße 1a, Michelstadt

Geschäftsstelle: Pelarstr. 1a, 64720 Michelstadt

Ansprechpartner: Benjamin Brand

Kontakt: [b.brand@familienhilfezentrum.de](mailto:b.brand@familienhilfezentrum.de), Handy: 0170 / 5415026

1. Vorsitzender: Arndt Weixler

Kontakt: [a.weixler@familienhilfezentrum.de](mailto:a.weixler@familienhilfezentrum.de); Handy: 0171 / 9964538

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
7.00 – 13.00 „Schüler stark machen“ Schulkurse FHZ	8.00 – 13.00 „Schüler stark machen“ Schulkurse FHZ	7.00 – 13.00 „Schüler stark machen“ Schulkurse FHZ	8.00 – 13.00 „Schüler stark machen“ Schulkurse FHZ	7.00 – 13.00 „Schüler stark machen“ Schulkurse FHZ	frei ggf. Reinigung	frei
frei ggf. Reinigung	frei ggf. Reinigung	frei ggf. Reinigung	frei ggf. Reinigung	frei ggf. Reinigung	frei	frei
15.00– 16.30 (FHZ Benni) <b>Ambulante H.</b>	15.00 – 16.00 (Benni) <b>Ringern &amp; Raufen</b> Anfänger 5-7 Jahre <b>Gemischte Gruppe</b>	15.30 – 16.30 (Benni) <b>Ju-Jitsu</b> Anfänger 8-10 Jahre <b>Gemischte Gruppe</b>	15.00 – 16.45 (FHZ o. Benni) <b>Tagesgruppe</b>  oder <b>Ambulante H.</b>	15.00 – 16.30 (FHZ Benni) <b>Ambulante H.</b>	frei	frei
16.30 – 18.00 (Philip, Jonas) <b>Ju-Jitsu</b> Anfänger & Fortgeschrittene 10-18 Jahre <b>Gemischte Gruppe</b>	17.00– 18.00 (FHZ Benni) <b>Ambulante H.</b>	16.45 – 18.00 (Philip, Jonas) <b>Ju-Jitsu</b> Anfänger & Fortgeschrittene 10-18 Jahre <b>Gemischte Gruppe</b>	frei	frei	frei	frei
frei	frei	18.00 – 19.15 (Rebecca) <b>Thaiboxen</b> Anfänger & Fortgeschrittene 12 – 99 Jahre <b>Frauengruppe</b>	18.00 – 19.00 (Sandra, Andy) <b>Thaiboxen</b> Anfänger 5 – 10 Jahre <b>Gemischte Gruppe</b>	18.30 – 19.30 (Rebecca) <b>BoxCrossFit</b> Anfänger & Fortgeschrittene 12 – 99 Jahre <b>Gemischte Gruppe</b>	frei	17.00 – 18.30 (Patrick) <b>Thaiboxen</b> Anfänger & Fortgeschrittene 16 -65 Jahre <b>Gemischte Gruppe</b>
19.15 – 20.45 (Max) <b>Boxen</b> Anfänger & Fortgeschrittene 10 – 99 Jahre <b>Gemischte Gruppe</b>	19.15 – 20.45 (Patrick) <b>Thaiboxen</b> Anfänger & Fortgeschrittene 16 – 65 Jahre <b>Gemischte Gruppe</b>	19.15 – 20.45 (Max) <b>Boxen</b> Anfänger & Fortgeschrittene 10 – 99 Jahre <b>Gemischte Gruppe</b>	19.15 – 20.45 (Patrick) <b>Thaiboxen</b> Fortgeschrittene 16 – 65 Jahre <b>Gemischte Gruppe</b>	19.30 – 20.45 (Patrick) <b>Thaiboxen</b> Anfänger 18 -65 Jahre <b>Frauengruppe</b>	frei	frei

--	--	--	--	--	--	--