

# sport *im* park



**Der Kinder-und Jugendsport-verein MG e.V.**

bietet Fitnessboxen  
für jedermann an.



Ort / Treffpunkt :

Parkplatz Pahlkebad

Adresse:

Pahlkestrasse 10

41236 Mönchengladbach

Tag :

Dienstag

Termine:

29.06., 06.07., 13.07.

27.07., 03.08., 10.08. und 17.08.2021

Uhrzeit:

**Bitte beachten:**

Sportkleidung, genügend zu

trinken und wenn vorhanden Boxhandschuhe und Bandagen mitbringen!

**Aufgrund der Corona-Hygiene-Auflagen können leider keine Boxhandschuhe gestellt werden.**

Beim wöchentlichen Fitnessboxen wird sich einerseits

ausgewertet und fit gehalten und andererseits die Grundlagen des klassischen Boxens kennengelernt.

Mitmachen kann jeder ab 16 Jahre – jüngere Teilnehmer\*innen können in Begleitung eines Erziehungsberechtigten teilnehmen, soweit die Begleitperson die Aufsicht übernimmt.

