

THAIBOX - WORKSHOP

WAS NOCH

Thaiboxen ist ein Vollkontaktsport mit Schlägen, Tritten, Knie- und Ellbogenstößen und viel Körperkontakt. Es gibt immer wieder Einheiten mit lauter Musik.

Die Räume...

am Freitag: BIK

- Kellerraum, große Fenster, es gibt Tageslicht, wir können gut lüften
- keine separate Umkleide
- dreckige öffentliche Toilette, die wir mitbenutzen können

am Samstag und Sonntag: Sporthalle

- große Halle
- Umkleide, Toiletten
- Dusche

Sprache

Das Training wird auf deutscher (und bei Bedarf englischer) Lautsprache angeleitet. Viel erklärt sich durchs Beobachten und in den Übungen.

Kinderbetreuung

Wenn du Kinderbetreuung brauchst, um teilnehmen zu können, sagt Bescheid und wir schauen, wie wir eine Lösung finden.

Übernachtung und Verpflegung

- selbstorganisiert
- es gibt eine Schlafplatzbörse, nutz dafür einfach das [PAD](#)

Spendenempfehlung

Wenn du dir den Beitrag nicht leisten kannst, schreib uns eine Mail. Alle sollen mittrainieren können, d.h. weniger zu geben ist total okey. Wenn du etwas mehr geben kannst ist das auch willkommen, dann funktioniert das Soliprinzip.

Wenn ihr unsicher seid, ob der Workshop für euch passt, meldet euch gerne!