

# Krafttraining und Boxen in Fechenheim für Jugendliche



Du möchtest dem Stress und den Problemen des Alltags entfliehen? Du hast Lust, mal richtig Dampf abzulassen und deine Energie sinnvoll für dich nutzen? Dann mach mit bei unserem kostenlosen Kraft- und Boxtraining in der Fabriksporthalle W80.

Das Zusammenleben mit der Familie, der Alltag mit den Freunden und die Schule können anstrengend und nervig sein. Dass dabei negative Energien entstehen, ist ganz normal. Das Training hilft Jugendlichen, diese Energien zu kanalisieren und in etwas Positives umzuwandeln. Denn über die sportliche Fitness hinaus vermittelt das Training Werte wie Respekt, Disziplin, Toleranz und Fairness.

Die Sportjugend setzt ihr Konzept seit Jahren erfolgreich im „Box- und Tischtenniscamp Gallus“ und in ihren Jugendzentren um. Auf diese Erfahrung greift sie auch in der Fechenheimer Fabriksporthalle zurück.



## Wo?

Fabriksporthalle  
Wächtersbacher Straße 80  
60386 Frankfurt am Main

## Wann?

jeden Freitag  
16:30 Uhr - 19:30 Uhr  
für Jugendliche ab 15 Jahren  
(Start Sept. 2018)

## Ansprechpartner:

Sportjugend Frankfurt im  
Sportkreis Frankfurt e.V.  
Ravinder Heer  
Tel.: 0176 471 76338  
E-Mail:  
ravinder.heer@sportjugend-frankfurt.de

