

Freiwilliger Schulsport-neues Angebot auf das 2.Semester SJ 22\_23

# Boxen Light

mit Thomas Hügli, LP-Bewegung und Sport, NT



J+S Schulsport Boxtraining für Kinder und Jugendliche.

Boxen macht dich stärker, cleverer und ausdauernder. Du schulst deine Kraft, Koordination, Konzentration, Reaktion und Kondition, lernst Techniken und Taktiken und entwickelst ausserdem deine Persönlichkeit.

## **Zu meiner Person:**

Über 30 Jahre Erfahrung im Boxen und Kickboxen  
Mehrfacher Schweizer-, Deutsch-Schweizer und Südbadischer Meister  
in der Gewichtsklasse Halbmittelgewicht (-71kg)