



AV 03 Speyer e.V.

Ausschreibung Sparringtreffen für Frauen – *verbandsübergreifendes Training*

Speyer, Sonntag, 21. Januar 2024

1. Veranstalter und Ausrichter

AV03 Speyer e.V.

2. Veranstaltungsort

Die Veranstaltung findet auf dem Gelände des AV03 Speyer in der Raiffeisenstr. 14, 67346 Speyer statt.

3. Alters-, Gewichtsklassen

Gemeldet werden können alle Alter- und Gewichtsklassen der Frauen.

4. Wettkampfhandschuhe und Kopfschützer

Boxhandschuhe mit mindestens 12oz und die Kopfschützer sind selbst mitzubringen.

5. Meldungen

Wir bitten alle teilnehmenden Vereine, Ihre Boxerinnen im Vorfeld mit folgenden Angaben zu melden:

- Namen
- Vornamen
- Geschlecht
- Gewicht
- Geburtsdatum
- Anzahl der Kämpfe inkl. Siege

Meldungen bitte bis 14.01.2024 an gregory.slowak@gmx.de senden.

6. Ablauf

11:30 - 12:00 Uhr Eintreffen der Vereine
12:00 - 12:15 Uhr Einteilung der Trainer
12:15 - 12:30 Uhr Einteilung in Leistungs-, Gewichts- und Altersklassen
12:30 - 12:45 Uhr Gemeinsames Warmup
12:45 - 14:15 Uhr Start Sparring/Training
14:15 - 14:30 Uhr Cool Down (jeder für sich)

Es werden voraus. auch Kampf- und Punktrichter aus an dem Tag anwesend sein, die das Sparring betreuen. Nähere Informationen folgen, sobald wir alle Meldungen zusammen haben.

7. Auskunft:

Trainer Robert Schander – Mobil: 0170/4366737

Trainer und Organisator Gregory Slowak – Mobil: 0176/64070094

WhatsApp Gruppe für teilnehmende Vereine:



<https://chat.whatsapp.com/JIFfOrvWO9sEP2qfffl4tB>

Mit sportlichen Grüßen
AV 03 Speyer e.V.