

Ausrüstung und Material

Bitte bringt Sportkleidung und Turnschuhe mit heller Sohle mit. Umkleidemöglichkeiten mit Duschen sind vor Ort.

Damit ihr langfristig am Kickboxtraining teilnehmen könnt, benötigt ihr noch ein paar spezielle Materialien, z.B. einen Mundschutz. Hier ein Link, wie so ein Mundschutz aussehen sollte.

<https://www.amazon.de/Beast-Gear-Mundschutz-Zahnschutz-Aufbewahrungsbox/dp/B06XS6N4CV>

Zum anderen sind Boxhandschuhe notwendig. Wer noch welche zu Hause hat, kann diese gern mitbringen. Ansonsten könnt ihr Farhad auch beim nächsten Training fragen, welche Handschuhe für Euch am besten geeignet sind.

Eine Auswahl an Handschuhen hat auch INTERSPORT Henkel, Mittelstrasse 106, 32657 Lemgo im Sortiment und kann euch mit Rat und Tat zur Seite stehen.

Bringt gerne noch weitere Interessenten mit, ab 10 Jahre kann mittrainiert werden. Wenn die Gruppe sich im TV Lemgo etabliert hat, können wir auch über weitere Trainingsmöglichkeiten bzw. -zeiten nachdenken.