

Vielfalt in Bewegung



FighTag



Power. Flow. Connect.



Erlebe abwechslungsreiche Schnupperkurse in Kickboxen, Kickboxen sowie Fitness für junge Frauen*, Capoeira und Mixed Martial Arts (MMA).

Nutze die Gelegenheit, neue Sportarten kennenzulernen, Selbstvertrauen zu stärken und Kontakte zu knüpfen. Unser Pausencafé bietet Raum für Begegnung und Austausch. Vorkenntnisse braucht es keine. Sei dabei!

Du hast Lust neue Sportarten auszuprobieren?

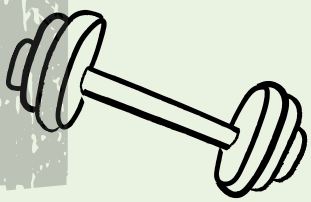
Check it out!

Wo?	Franz-Hermann-Haus, Sundgauallee 8, 79110 Freiburg
Wann?	**Samstag, 21.11.2026**, 15:00 bis 19:00 Uhr
Wer?	junge Menschen (12-27 Jahre) aus Freiburg
Wie?	Kostenfrei mit formloser Anmeldung (Name und Alter) per Mail an: vielfalt-in-bewegung@caritas-freiburg.de
	Bitte Sportklamotten, eine Trinkflasche und bei Bedarf einen kleinen Snack mitbringen.

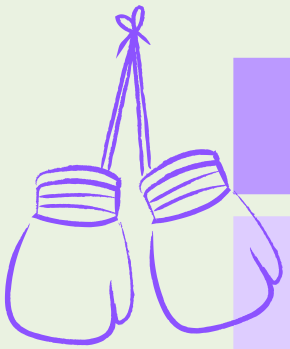
Caritasverband Freiburg-Stadt e.V. - Abteilung Familien und Bildung
Sundgauallee 8 - 79110 Freiburg
Telefon (07 61) 790321-10
vielfalt-in-bewegung@caritas-freiburg.de
www.caritas-freiburg.de

www.der-inklusionsverband.de

Programm Fightday 21.11.



Power. Flow. Connect.



Uhrzeit	Angebot 1	Angebot 2
15:00 - 16:00	Kickboxen für alle (Jonas und Zhenya)	Fitness für Mädchen und Frauen* (Magi)
16:00 - 17:00	Capoeira für alle (Timo und Orlando)	Kickboxen für Mädchen und Frauen* (Yana)
17:00 - 18:00	Pausencafé	mit Snacks und Chillout
18:00 - 19:00	Mixed Martial Arts für alle (Enrico)	offenes Training für alle (Thomas)





Check it out! Probier dich aus!

Caritasverband Freiburg-Stadt e.V. - Abteilung Familien und Bildung
Sundgauallee 8 - 79110 Freiburg
Telefon (07 61) 790321-10
vielfalt-in-bewegung@caritas-freiburg.de
www.caritas-freiburg.de

www.der-inklusionsverband.de