

Trainingszeiten MBC Ludwigsburg e.V.

<u>Montag</u>		<u>Dienstag</u>		<u>Mittwoch</u>		<u>Donnerstag</u>		<u>Freitag</u>		<u>Samstag</u>	
K	09.45			K	09.45			K	09.45	K	09.45
R	Halle offen			R	Halle offen			R	Halle offen	R	Halle offen
K	10.00 - 11.30			K	10.00 - 11.30			K	10.00 - 11.30	K	10.00 - 11.30
R	B / K / T			R	B / K / T			R	B / K / T	R	B / K / T
K	12.00			K	12.00			K	12.00	K	11.30 - 13.00
R	Halle zu			R	Halle zu			R	Halle zu	R	SPARRING
										K	13.30
										R	Halle zu
K	15.45			K	16.45	K	16.45	K	15.45		
R	Halle offen			R	Halle offen	R	Halle offen	R	Halle offen		
K	16.00 - 17.00	K	16.45	K	17.00 - 18.30	K	17.00 - 18.30	K	16.00 - 17.00		
R	KINDER	R	Halle offen	R	Halle offen	R	Halle offen	R	KINDER		
K	17.00 - 18.30	K	17.00 - 18.30	K	18.30 - 20.00	K	18.30 - 20.00	K	17.00 - 18.30		
R	B / K / T	R	B / K / T	R	B / K / T	R	B / K / T	R	B / K / T		
K	18.30 - 20.00	K	18.30 - 20.00	K	20.00 - 21.30	K	20.00 - 21.30	K	18.30 - 20.00		
R	B / K / T	R	B / K / T	R	B / K / T	R	B / K / T	R	B / K / T		
K	20.00 - 21.30	K	20.00 - 21.30	K	22.00	K	22.00	K	20.00 - 21.30		
R	B / K / T	R	BOXEN	R	Halle zu	R	Halle zu	R	B / K / T		
K	22.00	K	22.00					K	22.00		
R	Halle zu	R	Halle zu					R	Halle zu		

B / K / T	NUR Wettkämpfer & Fortgeschrittene - KEINE Anfänger
BOXEN	Boxen
B / K / T	Boxen / Kickboxen / Thaiboxen
SPARRING	Trainings Wettkampf
KINDER	Kindertraining von 10 - ca. +/- 14 Jahren
KR	Kraftraum geöffnet

MBC - Ludwigsburg e.V.
Kronenstraße 12/1
71634 Ludwigsburg