

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	BO - K1 - TB			R	BO - K1 - TB			R	BO - K1 - TB	R	BOXEN
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									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	K	16.00 - 17.00
R	KINDER	R	Halle offen	R	Halle offen	R	Halle offen	R	KINDER	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	K	17.00 - 18.30
R	BOXEN	R	K1 - THAIBOXEN	R	BOXEN	R	BOXEN	R	BOXEN	R	BOXEN
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	K	18.30 - 20.00
R	WK	R	BOXEN	R	WK	R	WK	R	WK	R	WK
K	20.00 - 21.30	K	20.00 - 21.30	K	22.00	K	22.00	K	20.00 - 21.30	K	20.00 - 21.30
R	K1 - THAIBOXEN	R	BOXEN	R	K1 - THAIBOXEN	R	K1 - THAIBOXEN	R	BOXEN	R	K1 - THAIBOXEN
K	22.00	K	22.00	K	Halle zu	K	Halle zu	K	22.00	K	22.00
R	Halle zu	R	Halle zu	R	Halle zu	R	Halle zu	R	Halle zu	R	Halle zu

WK	NUR Wettkämpfer & Fortgeschrittene - KEINE Anfänger
BOXEN	Boxen / K1 Achtung : Keine Vermittlung Grunlagen K1 / TB
K1 - THAIBOXEN	K1 / Thaiboxen / Boxen Achtung : Keine Vermittlung Grundlage Boxen
SPARRING	Trainings Wettkampf
KINDER	Kindertraining von 8. Jahren bis +/- 12.-14. Jahren
KR	Kraftraum geöffnet

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