

Trainingszeiten MBC Ludwigsburg e.V.

<u>Montag</u>		<u>Dienstag</u>		<u>Mittwoch</u>		<u>Donnerstag</u>		<u>Freitag</u>		<u>Samstag</u>	
K	09.15			K	09.15			K	09.15	K	09.15
R	Halle offen			R	Halle offen			R	Halle offen	R	Halle offen
K	09.30 - 11.00			K	09.30 - 11.00			K	09.30 - 11.00	K	09.30 - 11.00
R	BO - K1 - TB			R	BO - K1 - TB			R	BO - K1 - TB	R	BO - K1 - TB
K	11.15			K	11.15			K	11.15	K	11.15 - 12.45
R	Halle zu			R	Halle zu			R	Halle zu	R	SPARRING
										K	13.15
										R	Halle zu
K	16.30	K	16.30	K	16.30	K	16.30	K	16.30		
R	Halle offen	R	Halle offen	R	Halle offen	R	Halle offen	R	Halle offen		
K	16.45 - 18.15	K	16.45 - 18.15	K	16.45 - 18.15	K	16.45 - 18.15	K	16.45 - 18.15		
R	BOXEN	R	K1 - THAIBOXEN	R	BOXEN	R	K1 - THAIBOXEN	R	BOXEN		
K	18.30 - 20.00	K	18.30 - 20.00	K	18.30 - 20.00	K	18.30 - 20.00	K	18.30 - 20.00		
R	WETTKÄMPFER	R	BO - K1 - TB	R	WETTKÄMPFER	R	BO - K1 - TB	R	WETTKÄMPFER		
K	20.15 - 21.45	K	20.15 - 21.45	K	20.15 - 21.45	K	20.15 - 21.45	K	20.15 - 21.45		
R	K1 - THAIBOXEN	R	BOXEN	R	K1 - THAIBOXEN	R	BOXEN	R	K1 - THAIBOXEN		
K	22.00	K	22.00	K	22.00	K	22.00	K	22.00		
R	Halle zu	R	Halle zu	R	Halle zu	R	Halle zu	R	Halle zu		

BOXEN	Boxen
K1 - THAIBOXEN	K1 / Thaiboxen
SPARRING	freies & bedingtes Sparring - Wettkämpfer & fortgeschrittene Athleten
BO - K1 - TB	Boxen - K1 - Thaiboxen
KR	Kraftraum geöffnet
WETTKÄMPFER	Wettkämpfer & fortgeschrittene Athleten

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