

# GBG MAC VT24 - Hall 1

V5 uppdaterad 2024-01-04



måndag

tisdag

onsdag

torsdag

fredag

lördag

söndag

09:30-11:00 Friträning	09:30-11:00 Friträning
---------------------------	---------------------------

16:30-17:30 Boxning 13+ Nybörjare	16:30-17:30 BJJ B&U (8-14 år)	16:30-17:30 Boxning 13+ Nybörjare	16:30-17:30 BJJ B&U (8-14 år)		16:30-18:00 SW/NoGi alla nivåer
17:30-19:00 MMA Tävlning & Avancerade	17:30-19:00 BJJ nybörjare Fortsättare & Nybörjare	17:30-19:00 MMA Tävlning & Avancerade	17:30-19:00 BJJ nybörjare Fortsättare & Nybörjare	17:30-19:00 MMA Tävlning & Avancerade	
19:00-20:30 MMA Nybörjare 1	19:00-20:30 MMA Fortsättare	19:00-20:30 MMA Nybörjare 1	19:00-20:30 MMA Fortsättare		18:00-19:30 MMA Fortsättare

# GBG MAC VT24 - Hall 2



måndag

tisdag

onsdag

torsdag

fredag

lördag

söndag

09:30-11:00 Boxning 13+ Fortsättare	09:30-11:00
	Boxning 13+
	Fortsättare & Nybörjare

16:30-17:30 Boxning B&U (7-12 år) Fortsättare & Nybörjare		16:30-17:30 Boxning B&U (7-12 år) Fortsättare & Nybörjare		
17:30-18:45 Boxning 13+ Fortsättare	17:30-18:45 Thai/kick Nybörjare 1	17:30-18:45 Boxning +13 Fortsättare	17:30-18:45 Thai/kick Nybörjare 1	17:30-18:45 Thai/kick Fortsättare & Avanc
18:45-20:00 Thai/kick Fortsättare & Avanc	18:45-20:00 Thai/kick Fortsättare & Avanc	18:45-20:15 MMA Nybörjare 2	18:45-20:00 Thai/kick Nybörjare 2	

16:45-18:00 Thai/kick Nybörjare 2
18:00-19:30 MMA Nybörjare 2