

GBG MAC Schema VT26

12 januari - 5 juli 2026

(V6, uppdaterat 2026-06-09)



Hall 1

måndag

tisdag

onsdag

torsdag

fredag

lördag

söndag

11:15-12:30
BJJ
Samtliga (15+) Fritt rull

10:00-11:00
MMA
Tävling - Elit / Avancerade

10:00-11:00
MMA
Tävling - Elit / Avancerade

11:15-12:30
BJJ
Samtliga (15+) Fritt rull

09:30-11:00
BJJ
Fortsättare & Nybörjare

STOR & liten
Familjeträning
10:00-11:00

16:30-17:30 MMA Ungdom (12-17 år) Fortsättare & Nybörjare	16:30-17:30 BJJ B&U (8-14 år) Fortsättare & Nybörjare	16:30-17:30 MMA Ungdom (12-17 år) Fortsättare & Nybörjare	16:30-17:30 BJJ B&U (8-14 år) Fortsättare & Nybörjare
17:30-19:00 MMA Tävlning - Elit	17:30-19:00 BJJ Fortsättare & Nybörjare	17:30-19:00 MMA Tävlning - Elit	17:30-19:00 BJJ Fortsättare & Nybörjare
19:00-20:30 MMA Intermediate & Fortsättare	19:00-20:30 MMA Tävlning-Avancerade	19:00-20:30 MMA Intermediate & Fortsättare	19:00-20:30 MMA Tävlning-Avancerade

17:30-19:00
MMA Tävlning - Elit

17:30-19:00
SW/NoGi alla nivåer
(öppet för MMA & BJJ)

19:00-20:30
MMA
Tävling-Avancerade,
Intermediate & Fortsättare

Hall 2

måndag	tisdag	onsdag	torsdag	fredag	lördag	söndag
09:00-12:00 Friträning	09:00-12:00 Friträning	09:00-12:00 Friträning	09:00-12:00 Friträning	09:00-12:00 Friträning	09:30-11:00 Boxning 13+ Fortsättare	09:30-11:00 Boxning 13+ Fortsättare & Nybörjare
					11:00-13:00 Friträning	11:00-13:00 Friträning
						13:00-14:30 Thaiboxning Forts & Avanc

16:30-17:45 Boxning 13+ Nybörjare	16:30-17:30 Boxning B&U (7-12 år) Fortsättare & Nybörjare	16:30-17:45 Boxning 13+ Nybörjare	16:30-17:30 Boxning B&U (7-12 år) Fortsättare & Nybörjare	
17:45-19:00 Boxning 13+ Fortsättare	17:30-18:45 Thaiboxning Nybörjare	17:45-19:00 Boxning +13 Fortsättare	17:30-18:45 Thaiboxning Nybörjare	17:30-19:00 Thaiboxning Forts & Avanc
19:00-20:30 MMA Nybörjare 1 & 2	18:45-20:00 Thaiboxning Forts & Avanc	19:00-20:30 MMA Nybörjare 1 & 2	18:45-20:00 Thaiboxning Forts & Avanc	