



	Zeit:	Info:	Raum
<b>Montag</b>	11:00 Uhr	Sandsack und Pratzentraining	Bangkok
	20:00 Uhr	Boxen Sparring/ Sandsacktraining	Fightclub
<b>Dienstag</b>	19:30 Uhr	Boxen Technik/ Sparring/ Kondition	Fightclub
<b>Mittwoch</b>	11:00 Uhr	Sandsack und Pratzentraining	Bangkok
	18:30 Uhr	Muay Thai/ Boxen Sparring alle Leistungsklassen	Fightclub
<b>Donnerstag</b>	19:30 Uhr	Boxen Technik/ Sparring/ Kondition	Fightclub
<b>Freitag</b>	11:00 Uhr	Sandsack und Pratzentraining	Bangkok
	19:00 Uhr	Sandsack und Pratzentraining	Fightclub
<b>Samstag</b>	13:00 Uhr	Sparring alle Gruppen	Fightclub

- **Bangkok: EG, Fightclub: UG**
- **Open Gym: Anmeldung über WhatsApp**
- **Aktuelle Infos auf der Homepage und in der App: TBM-Sports im Android und Apple Store.**