



SCHEMA

TYRESÖ KAMPSPORT

BARN NIVÅ 1

7-9 år

TORSDAG 17.00-17.50

SÖNDAG 12.00-12.50

BARN NIVÅ 2

10-12 år

TISDAG 17.00-17.50

SÖNDAG 13.00-13.50

TJEJGRUPP

Alla nivåer fr 13år

TISDAG 18.00-19.00

TORSDAG 20.00-21.00

Här tränar tjejer från 13 år tillsammans
ovsett kunskapsnivå. Kvinnliga instruktörer.

VUXNA NYB/FORTS

TISDAG 20.00-21.00

TORSDAG 18.00-19.00

VUXNA AVANCERADE

TISDAG 19.00-20.00

TORSDAG 19.00-20.00

TÄVLINGSGRUPP

FREDAG 18.00-19.00



FYS/TEKNIK/SPARRING

Alla grupper
från 13 år

SÖNDAG 14.00-15.30

På Fys&Teknik passen anpassar vi träningen så att
alla kickboxare oavsett nivå ska kunna gå.
Sparring för alla nivåer 15.00-15.30
(skydd behövs)