



ENGAGEMANG- SAMARBETE - PRESTIGELÖSHET

# TRÄNINGSTIDER

## HÖSTEN 2017 V.35-50

### MINIKNATTAR

(6-9 år, 800:-/termin)

Måndag och Onsdag 15.00 – 16.00

### KNATTEBOX/DIPLOM

(10-15 år, 800:-/termin)

Måndag, Tisdag, Onsdag och Torsdag 16.00 – 17.00

### MATCHBOXARE

(800:-/termin)

Måndag, Tisdag, Onsdag och Torsdag 17.15 – 19.00

Lördag 10.00 – 12.00

### MOTIONSBOXNING

(Blandade åldrar, 800:-/termin)

Måndag, Tisdag, Onsdag, Torsdag 19.15 – 20.45

(tisdagar inkluderar lätt sparring)

### FÖRÄLDRAR-BARNTRÄNING

(800:-/termin/familj eller 50:- per gång)

Lördagar 10.00 – 11.30

### TRÄNING FÖR TONÅRSTJEJER

(13-16 år, 800:-/termin)

Måndag och Torsdag 18.00 – 19.15

### CROSSBOX

(Blandade åldrar, 800:-/termin)

Tisdag och Torsdag 17.30 – 19.00, Lördag 10.00-11.30

Hälsningar från styrelsen och ledarna!

Ken Kvist

0733 301832

[ken.kvist62@gmail.com](mailto:ken.kvist62@gmail.com)

Ängdalavägen 38, 236 34 Höllviken