

# TRENING I FIGHTER KBK

Trening er foreløpig kun åpen for barn opp til og med ungdomsskolealder (16 år) samt Toppidretten. I Asker er det åpent for ungdom opp til og med 20 år.

## BJØLSENHALLEN

For prøvetime kontakt [medlem@fighter.org](mailto:medlem@fighter.org)

Påmelding – Spond gruppekode: WWSUK [her](#)

### Mandag

**16.30 – 17.15:** Barn 3-5 år

**16.30 – 17.20:** Barn 6-9 år

### Tirsdag

**17.00-18.15:** Barn 10-13år

**18.00-19.00:** Basic Pointfighting

**18.30-19.45:** Ungdom 14-16år

### Onsdag

**16.30-17.15:** Barn 3-5år

**16.30-17.20:** Barn 6-9år

**16.30-17.20:** Barn 6-9år m/utstyr

### Torsdag

**17.00-18.20:** Barn 10-13år

**18.30-19.45:** Ungdom 14-16år

---

## BISLETT

For prøvetime kontakt [bislett@fighter.org](mailto:bislett@fighter.org)

### Tirsdag

**16.30-17.15:** Barn 3-5år

**17.30-18.30:** Barn 10-13år

**18.45-19.45:** Ungdom 14-16år

### Torsdag

**16.30-17.15:** Barn 6-9år

**17.30-18.30:** Barn 10-13år

**18.45-19.45:** Ungdom 14-16år

---

## **STOVNER – ROMMEN**

For prøvetime kontakt [stovner@fighter.org](mailto:stovner@fighter.org)

Påmelding – SMS Angel: 934 36 303

### **Tirsdag**

**17.00-18.20:** Barn 10-13år

### **Tirsdag**

**16.30-17.20:** Barn 6-9år

**17.30-18.45:** Barn 10-13år

### **Onsdag**

**17.00-18.20:** Barn 10-13år

### **Torsdag**

**17.30-19.00:** Barn 10-13år

---

## **HOLMEN**

For prøvetime kontakt [asker@fighter.org](mailto:asker@fighter.org)

### **Mandag**

**16.30-17.25:** Barn 3-5 år

**17.30-18.25:** Ungdom 12-17 år

**18.30-20.00:** VG (t.o.m 20 år)

**20.10-21.15:** Booster/cardio/puter (t.o.m 20 år)

### **Tirsdag**

**16.30-17.20:** Barn 6-9 år gruppe 1

**17.20-18.10:** Barn 10-13 år gruppe 1

**18.10-19.00:** Barn 10-13 år gruppe 2

**19.05-21.00:** Ungdom Konkurransen

### **Onsdag**

**17.30-18.25:** Ungdom 12-17 år

**18.30-20.00:** VG (t.o.m 20 år)

### **Torsdag**

**16.30-17.20:** Barn 6-9år gruppe 2

**17.20-18.10:** Barn 10-13år gruppe 1

**18.10-19.00:** Barn 10-13år gruppe2

**19.05-21.00:** Ungdom Konkurransen