

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag				
<b>17:30</b>	THAI JUNIOR fr. 10 år	BJJ fort- sättare	STRI- KING Thai- och MMA	BJJ JUNIOR fr. 8 år	THAI JUNIOR fr. 10 år	BJJ fort- sättare	MMA /SW nybörjare & fort- sättare	BJJ JUNIOR fr. 8 år	THAI tävlings- grupp	11.00-12.00 BJJ tävlingsgrupp	15.00-16.30 MMA/SW nybörjare & fortsättare
17:45											
18:00	FIGHTER-FYS/ TÄVL.DRILL	BJJ BASIC nybörjare & fort-sättare	FIGHTER-FYS/ TÄVL.DRILL	BJJ BASIC nybörjare & fortsättare	THAI nybörjare & fortsättare	THAI fort-sättare	BJJ nybörjare & fortsättare	THAI nybörjare & fortsättare	THAI nybörjare & fortsättare	EV. ÖPPEN MATT/ RING* meddelas på Facebook.	
18:15											
18:30											
<b>18:45</b>											
19:00											
19:15											
19:30											
19:45											
<b>20:00</b>											
20:15											
20:30											
20:45											
21:00											
<b>21:15</b>											

MMA tävlingsgrupp  
Tider meddelas på Facebook

**Morgon- och dagpass**  
samt extrapass på helger  
meddelas på Facebook

Helgpas kan ibland utgå på grund av seminarier.

\* Medlemmar på andra klubbar är välkomna på öppen matta/ring.  
Det är däremot inte tillåtet att ta med kompisar som vill "prova på".  
Man ska vara medlem och aktiv i annan förening.

Schemat gäller från och med måndag 23 januari till och med söndag 18 juni. Avvikelser kan förekomma vid helgdagar - håll koll på vår Facebooksida för ändringar samt extrapass! Särskilt schema under jul och nyår. Gymmet är öppet under ovanstående tider.