

Kickboxning VT26

12 januari - 5 juli 2026

Uppdaterat 2025-12-18

FIGHTER CENTRE

A-Hallen

måndag

tisdag

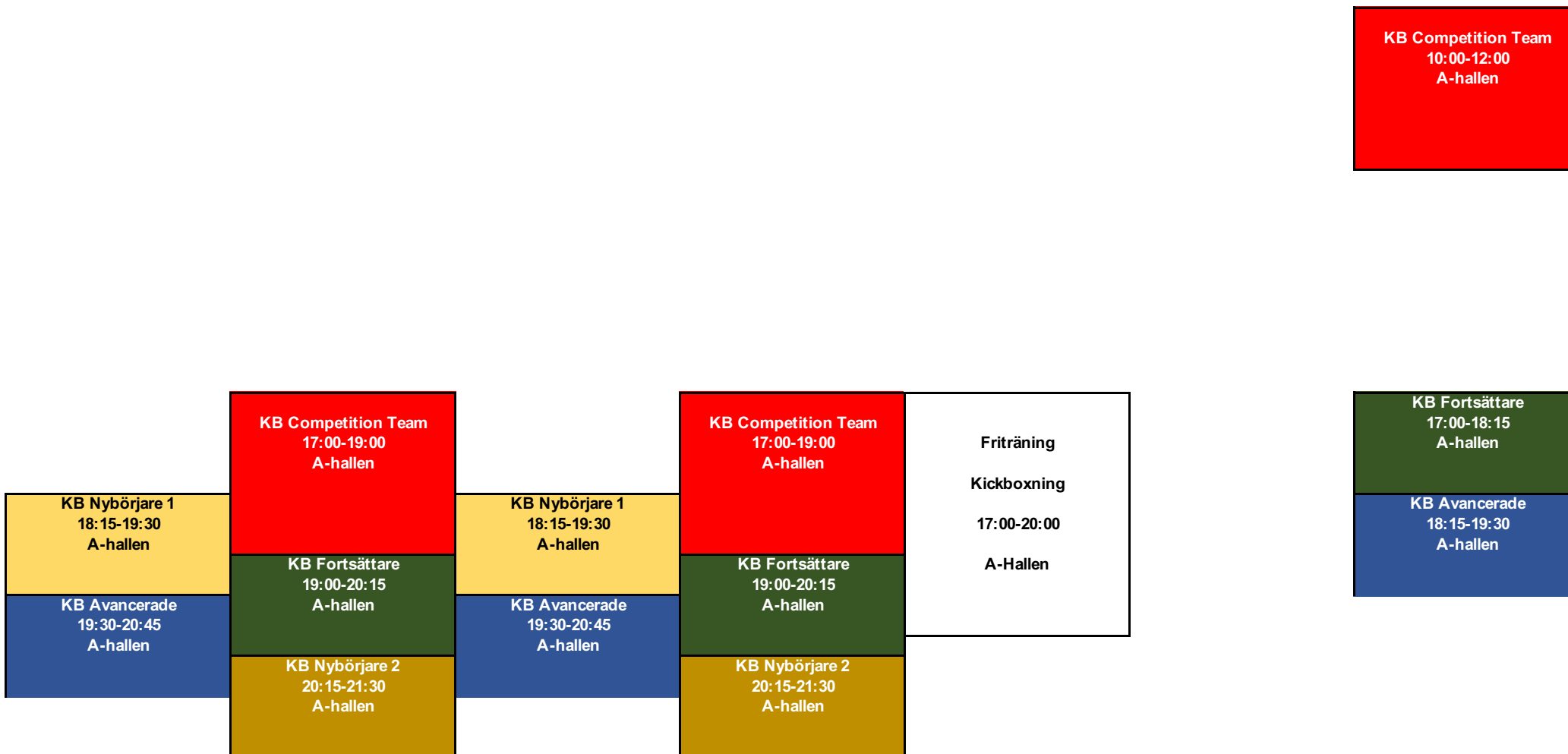
onsdag

torsdag

fredag

lördag

söndag



MMA VT26

12 januari - 5 juli 2026

Uppdaterat 2026-03-26

FIGHTER CENTRE

F-Hallen

måndag

tisdag

onsdag

torsdag

fredag

lördag

söndag

11:00-12:30 MMA dagpass Fortsättare och upp F-hallen	11:00-12:30 MMA dagpass Nybörjare F-hallen	11:00-12:30 MMA dagpass Fortsättare och upp F-hallen	11:00-12:30 MMA dagpass Nybörjare F-hallen	11:00-12:30 MMA dagpass Fortsättare och upp F-hallen		
---	---	---	---	---	--	--

	16:30-17:30 MMA B&U Forts & Nyb F-hallen		16:30-17:30 MMA B&U Forts & Nyb F-hallen			
17:00-19:00 MMA Competition Team F-hallen	17:30-19:00 MMA Fortsättare 1 F-hallen	17:00-19:00 MMA Competition Team F-hallen	17:30-19:00 MMA Fortsättare 1 F-hallen	17:00-19:00 MMA Competition Team F-hallen		
19:00-20:30 MMA Avancerade F-hallen	19:00-20:30 MMA Intermediate 2 F-hallen	19:00-20:30 MMA Avancerade F-hallen	19:00-20:30 MMA Intermediate 2 F-hallen			
20:30-22:00 MMA Intermediate 1 F-hallen	20:30-22:00 MMA Fortsättare 2 F-hallen	20:30-22:00 MMA Intermediate 1 F-hallen	20:30-22:00 MMA Fortsättare 2 F-hallen			

16:00-17:30 MMA Fortsättare 1 F-hallen
17:30-19:00 MMA Avancerade F-hallen

C-Hallen

måndag

tisdag

onsdag

torsdag

fredag

lördag

söndag

17:30-19:00
MMA Nybörjare 1
C-hallen

19:00-20:30
SW / NOGI
Avanc & forts SW-utövare
BJJ & MMA forts & upp
C-hallen

20:30-22:00
MMA Nybörjare 2
C-hallen

20:30-22:00
MMA Nybörjare 3
C-hallen

17:30-19:00
MMA Nybörjare 1
C-hallen

20:30-22:00
MMA Nybörjare 2
C-hallen

19:00-20:30
SW / NOGI
Avanc & forts SW-utövare
BJJ & MMA forts & upp
C-hallen

Friträning
Grappling: BJJ / NOGI / SW
17:00-20:00
C-Hallen

11:00-13:00
GRAPPLING OPEN MAT
Samtliga utövare även nyb
BJJ / NOGI / SW / MMA
C-hallen

16:00-17:30
MMA Nybörjare 3
C-hallen

17:30-19:00
MMA Intermediate 1 & 2
C-hallen

19:00-20:30
MMA Fortsättare 2
C-hallen

Thaiboxning VT26

12 januari - 5 juli 2026

Uppdaterat 2026-03-26

FIGHTER CENTRE

D-Hallen

måndag	tisdag	onsdag	torsdag	fredag	lördag	söndag
11:00-12:15 Fortsättare & Avancerade D-hallen	11:00-12:15 Nybörjare D-hallen	11:00-12:15 Fortsättare & Avancerade D-hallen	11:00-12:15 Nybörjare D-hallen	11:00-12:15 Fortsättare & Avancerade D-hallen		
	16:00-17:00 B&U Avancerade D-hallen		16:00-17:00 B&U Avancerade D-hallen			14:30-15:45 Nybörjare 2 D-hallen
17:00-19:00 Thai Competition Team D-hallen	17:00-18:15 Forza D-hallen	17:00-19:00 Thai Competition Team D-hallen	17:00-18:15 Forza D-hallen	17:00-19:00 Thai Competition Team D-hallen		15:45-17:00 Avancerade 1 D-hallen
19:00-20:15 Avancerade 2 D-hallen	18:15-19:30 Avancerade 3 D-hallen	19:00-20:15 Avancerade 2 D-hallen	18:15-19:30 Avancerade 3 D-hallen			17:00-18:15 Avancerade 2 D-hallen
20:15-21:30 Fortsättare 1 D-hallen	19:30-20:45 Nybörjare 2 D-hallen	20:15-21:30 Fortsättare 1 D-hallen	19:30-20:45 Nybörjare 4 D-hallen			18:15-19:30 Avancerade 3 D-hallen
	20:45-22:00 Nybörjare 3 D-hallen		20:45-22:00 Nybörjare 3 D-hallen			19:30-20:45 Nybörjare 4 D-hallen

E-Hallen

måndag

tisdag

onsdag

torsdag

fredag

lördag

söndag

16:45-18:00 Nybörjare 1 E-hallen	16:45-18:00 Fortsättare 2 E-hallen	16:45-18:00 Nybörjare 1 E-hallen	16:45-18:00 Fortsättare 2 E-hallen	Friträning Thaiboxning 17:00-20:00 E-Hallen	16:00-17:15 Avancerade 4 E-hallen
18:00-19:15 Avancerade 1 E-hallen	18:00-19:15 Avancerade 4 E-hallen	18:00-19:15 Avancerade 1 E-hallen	18:00-19:15 Avancerade 4 E-hallen		17:15-18:30 Forza E-hallen
					18:30-19:45 Fortsättare 1 E-hallen

A-Hallen

måndag

tisdag

onsdag

torsdag

fredag

lördag

söndag

16:00-17:00
Barn & Ungdom Fortsättare
A-hallen

16:00-17:00
Barn & Ungdom Fortsättare
A-hallen

15:45-17:00
Fortsättare 2
A-hallen

B-Hallen

måndag

tisdag

onsdag

torsdag

fredag

lördag

söndag

16:00-17:00
Barn & Ungdom Nybörjare
B-hallen

16:00-17:00
Barn & Ungdom Nybörjare
B-hallen

19:00-20:15
Intermediate 1
B-hallen

19:15-20:30
Intermediate 2
B-hallen

19:00-20:15
Intermediate 1
B-hallen

19:15-20:30
Intermediate 2
B-hallen

19:00-20:15
Intermediate 1 & 2
B-hallen

Boxning VT26

12 januari - 5 juli 2026

Uppdaterat 2026-03-10

FIGHTER CENTRE

A, B & E-Hallen

måndag

tisdag

onsdag

torsdag

fredag

lördag

söndag

11:00-12:15 Competition Team & Avancerade E-hallen
12:15-13:30 Intermediate E-hallen
13:30-14:45 Fortsättare E-hallen

16:00-17:00 Barn & Ungdom Nybörjare A-hallen	16:30-17:30 Barn & Ungdom Fortsättare B-hallen	16:00-17:00 Barn & Ungdom Nybörjare A-hallen	16:30-17:30 Barn & Ungdom Fortsättare B-hallen	Friträning Boxning 17:00-20:00 B-Hallen
17:00-18:15 Nybörjare 1 A-hallen	17:30-19:00 Competition Team B-hallen	17:00-18:15 Nybörjare 1 A-hallen	17:30-19:00 Competition Team B-hallen	
19:15-20:30 Intermediate E-hallen	19:15-20:30 Avancerade E-hallen	19:15-20:30 Intermediate E-hallen	19:15-20:30 Avancerade E-hallen	
20:30-21:45 Fortsättare E-hallen	20:30-21:45 Nybörjare 2 E-hallen	20:30-21:45 Fortsättare E-hallen	20:30-21:45 Nybörjare 2 E-hallen	

BJJ VT26

12 januari - 5 juli 2026

Uppdaterat 2025-12-18

FIGHTER CENTRE

B & C-hallen

måndag

tisdag

onsdag

torsdag

fredag

lördag

söndag

11:00-12:30
BJJ Avancerade 1 & 2
C-hallen

11:00-12:30
BJJ Avancerade 1 & 2
C-hallen

11:00-12:30
BJJ Avancerade 1 & 2
C-hallen

11:00-13:00
GRAPPLING OPEN MAT
Samtliga utövare även nyb
BJJ / NOGI / SW / MMA
C-hallen

	16:00-17:00 BJJ Barn & Ungd 8-14 år C-hallen		16:00-17:00 BJJ Barn & Ungd 8-14 år C-hallen	
	Friträning BJJ		Friträning BJJ	
17:30-19:00 BJJ Nybörjare SW/Nogi Nybörjare B-hallen	17:30-19:00 BJJ Avancerade 2 C-hallen	17:30-19:00 BJJ Nybörjare SW/Nogi Nybörjare B-hallen	17:30-19:00 BJJ Avancerade 2 C-hallen	Friträning Grappling: BJJ / NOGI / SW
19:00-20:30 BJJ Avancerade 1 C-hallen	19:00-20:30 SW / NOGI Avanc & forts SW-utövare BJJ & MMA forts & upp C-hallen	19:00-20:30 BJJ Avancerade 1 C-hallen	19:00-20:30 SW / NOGI Avanc & forts SW-utövare BJJ & MMA forts & upp C-hallen	17:00-20:00 C-Hallen

Submission Wrestling / NoGi VT26

12 januari - 5 juli 2026

Uppdaterat 2025-12-18

FIGHTER CENTRE

B & C-hallen

måndag

tisdag

onsdag

torsdag

fredag

lördag

söndag

17:30-19:00
BJJ Nybörjare
SW/NoGi Nybörjare
B-hallen

19:00-20:30
SW / NOGI
Samtliga SW-utövare
BJJ & MMA forts & upp
C-hallen

17:30-19:00
BJJ Nybörjare
SW/NoGi Nybörjare
B-hallen

19:00-20:30
SW / NOGI
Samtliga SW-utövare
BJJ & MMA forts & upp
C-hallen

Friträning
Grappling: BJJ / NOGI / SW
17:00-20:00
C-Hallen

11:00-13:00
GRAPPLING OPEN MAT
Samtliga utövare även nyb
BJJ / NOGI / SW / MMA
C-hallen

Taekwon-Do VT26

12 januari - 5 juli 2026

Uppdaterat 2025-12-18

FIGHTER CENTRE

B-Hallen

måndag

tisdag

onsdag

torsdag

fredag

lördag

söndag

Avanc, Fortsät & Nybörjare
20:30-22:00
B-Hallen

Avanc, Fortsät & Nybörjare
20:30-22:00
B-Hallen

Barn - Nybörjare 15:30-16:30 B-Hallen
Barn - Forts & Avanc 16:30-17:30 B-Hallen
Avanc, Fortsät & Nybörjare 17:30-19:00 B-Hallen

Familjeträning VT26

12 januari - 5 juli 2026

Uppdaterat 2025-12-18

E-Hallen

måndag

tisdag

onsdag

torsdag

fredag

lördag

söndag

FIGHTER CENTRE

10:00-11:00

Familjeträning (4-9 år)

E-Hallen

Yoga VT26

12 januari - 5 juli 2026

Uppdaterat 2025-12-18

FIGHTER CENTRE

Studion

måndag

tisdag

onsdag

torsdag

fredag

lördag

söndag

17:30-18:30
Yoga
Grupp 1