



**OSLO
FEKTEKLUBB**
stiftet 1906

TRENINGSPLAN FOM VÅREN 2022

FLERBRUKSHALLEN, 3 ETASJE I KUBEN YRKESARENA

Rev: 7.2.2022

TIME	TID	MANDAG	TIRSDAG	TIRSDAG	TORSdag	TORSdag	FREDAG
		FLERBRUKSHALLEN	FLERBRUKSHALLEN	FLERBRUKSHALLEN	FLERBRUKSHALLEN	FLERBRUKSHALLEN	FLERBRUKSHALLEN
		Trener Federico	Trener; Joel O/ Federico	Trener; Joel O/ Federico	Trener; Joel O/ Federico	Trener; Joel O/ Federico	
Start	17.00						Fri fekting Alle
START	18.00	Satsningsgruppe eget opplegg			Barnegruppe tom. 11 år 7		Fri fekting Alle
	18.30	Satsningsgruppe eget opplegg			Barnegruppe tom. 11 år 7		Fri fekting Alle
	19.00	Voksne og Ungdom fom 16 år, Inkl satsningsgruppe	Ungdom fom 12 - tom. 16 år, Inkl. satsningsgruppe	Voksne og Ungdom fom 16 år	Barnegruppe tom. 11 år 7	Ungdom fom 12 - tom. 16 år, Inkl. satsningsgruppe	Disp
START	19.30	Voksne og Ungdom fom 16 år, Inkl satsningsgruppe	Ungdom fom 12 - tom. 16 år, Inkl. satsningsgruppe	Voksne og Ungdom fom 16 år	Disp/ rydding	Ungdom fom 12 - tom. 16 år, Inkl. satsningsgruppe	Disp
	20.00	Voksne og Ungdom fom 16 år, Inkl satsningsgruppe	Ungdom fom 12 - tom. 16 år, Inkl. satsningsgruppe	Voksne og Ungdom fom 16 år		Ungdom fom 12 - tom. 16 år, Inkl. satsningsgruppe	Disp/ rydding
	20.30	Voksne og Ungdom fom 16 år, Inkl satsningsgruppe	Ungdom fom 12 - tom. 16 år, Inkl. satsningsgruppe	Voksne og Ungdom fom 16 år		Ungdom fom 12 - tom. 16 år, Inkl. satsningsgruppe	
	21.00	Disp/ rydding	Disp/ rydding	Disp/ rydding		Disp/ rydding	

SLUTT	21.30						
-------	-------	--	--	--	--	--	--

NB *Hallens åpningstider følger skoleåret.*