



PRIVATTRENING - BOKSING

Oslo Bokseklubb tilbyr både medlemmer og ikke-medlemmer en flott mulighet til å lære bokseteknikk forttere enn man trodde var mulig. Dette passer også utmerket for en kameratgjeng, eller en venninnegjeng.

Privattreningen inneholder oppvarming, teknikk, trening på puter, trening på boksesekk og styrketrening.

En-til-en trening Priser (Kr)

Privattimer boksing:	600,- pr gang
Klippekort (mer enn 3 treninger):	550,- pr klipp

Gruppetrening Priser (Kr)

2 personer:	500,- pr pers
3 – 4 personer:	400,- pr pers
5 personer eller flere:	350,- pr pers

Privattrening tilbys også på dagtid og i helger!

Max Mankowitz har meget lang erfaring som trener for både amatør- og proffboksere. Max har vært trener for blant annet Cecilia Brækhus, Ole "Lukkøye" Klemetsen og Alexander Hagen. Max er tidligere landslagstrener og jobber fortsatt aktivt med landslaget.

Johnny Carlsen har vært boksetrener i Oslo Bokseklubb siden 1996 og startet som mental trener i 2005 .

Max Mankowitz – 41 31 88 18 – max@oslobokseklubb.no

Johnny Carlsen – 450 33 530 – johnny@oslobokseklubb.no