

JUDON HARJOITUSAJAT JA -RYHMÄT

MAANANTAI

		HARJ. RYHMÄT	HARJ. VETÄJÄT	
16.45 - 18.00	JUNIORIT	PERUSKURSSI	K.P.	E.R.
18.00 - 19.15	JUNIORIT	JATKOKURSSI	O.P.	
19.15 - 20.45	KILPAILIJAT	KISARYHMÄ	O.P.	

TIISTAI

08.00 - 09.00	KILPAILIJAT	1-RYHMÄ	O.P.	
16.45 - 18.00	JUNIORIT	YLEMMÄT VYÖT	O.P.	K.O.
18.00 - 19.30	KILPAILIJAT	KISARYHMÄ	O.P.	

KESKIVIIKKO

08.00 - 09.00	KILPAILIJAT	1-RYHMÄ	O.P.	
16.45 - 18.00	JUNIORIT	PERUSKURSSI	K.P.	E.R.
18.00 - 19.30	AIKUISET	SINISEN VYÖN KURSSI	J.K.	K.O.
19.30 - 21.00	AIKUISET	PERUSKURSSI	S.A.	

TORSTAI

16.45 - 18.00	JUNIORIT	YLEMMÄT VYÖT	K.O.	O.P.
18.00 - 19.15	JUNIORIT	JATKOKURSSI	O.P.	
19.15 - 20.45	KILPAILIJAT	KISARYHMÄ	O.P.	

PERJANTAI

08.00 - 09.00	KILPAILIJAT	1-RYHMÄ	O.P.	
16.00 - 17.30	KILPAILIJAT JUN/AIK	RANDORI	O.P.	
17.30 - 18.30	NAPPULAJUDO	UUSIEN RYHMÄ	A.T.	C.B.
18.30 - 19.30	NAPPULAJUDO	JATKORYHMÄ	A.T.	C.B.
19.30 - 21.00	AIKUISET	VAPAA HARJOITUS	Ylin vyö	

LAUANTAI

11.00 - 11.45	MUKSUJUDO	UUSIEN RYHMÄ	K.P.	A.L.	N.K
11.45 - 12.30	MUKSUJUDO	JATKORYHMÄ	K.P.	A.L.	N.K
12.30 - 13.30	AIKUISET	MATTORANDORI	Ylin vyö		
13.30 - 15.00	KILPAILIJAT	KISARYHMÄ	O.P.		

SUNNUNTAI

10.00 - 11.30	AIKUISET NAISET/MIHET	KUNTOJUDO	K.P.		
14.00 - 15.30	AIKUISET	PERUSKURSSI	S.A.		
15.30 - 17.00	AIKUISET	ITSEPUOLUSTUS ja KATA	O.P.		
17.00 - 18.30	AIKUISET	SINISEN VYÖN KURSSI	J.K.	K.O.	

HARJOITUSTEN VETÄJÄT:

O. P.	OLLI	PAASIMAA	6 dan	puh. 044-549 4507	
K. P.	KAJJA	PAASIMAA	2 dan	puh. 044-531 7518	
J. K.	JAAKKO	KESKI-NISULA	1 dan	puh. 040-868 2503	Seuran
K.O.	KAI	OINONEN	1 dan	puh. 050-528 9014	Dan-kollegio
E. J.	ELLI	JOKINEN	1 dan	puh. 040-861 4626	
S. A.	SIMO	ANSALAHTI	1 dan	puh. 050-353 4972	
E. R.	EERO	RISKI	2 kyu	puh. 044-541 3376	
A.T.	ARI	TAMMINEN	2 kyu	puh. 040-570 3747	
N.K.	NEEA	KARSIKAS	3 kyu	puh. 050-494 4290	
C.B.	CATHERINE	BARNES	3 kyu	puh. 040-149 8965	
A.L.	AATU	LAHTINEN	3 kyu	puh. 044-203 0092	