

Judoseura Sakura

Syksyn 2010 harjoitusajat



Voimassa 1.9.2010 alkaen

Suunnitelma 25.4.2010

klo	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
10.00-11.00	Sakuran seniorit Timo H						
12.00-13.00					Sakuran seniorit Timo H		
13.00-14.00							Sovellettu judo 1 (pienet) Aku, Niina
14.00-15.30						Kuntojudo Antti K	Sovellettu judo 2 (isot) Aku, Niina
15.30-17.00						Lasten judokoulu Ritva	
16.30-17.30	Lasten judokoulu Ritva			Muksujudo 1 (4-5v) Maija, Pekka, Kaisa	Junioreiden jatkoryhmä Janne, Kimmo, Antti K		
17.00-18.30	Nuorten ryhmä ja Kilpailijat Antti A, Antti K		Kilpailijat Päivi				
17.30-18.30	Junioreiden jatkoryhmä Janne, Kimmo			Muksujudo 2 (5-6v) Maija, Pekka, Kaisa	Nuorten ryhmä Antti A		
18.30-20.00		Randori Päivi		Yleiset harjoitukset yli 13v Päivi			
20.00-21.30	Aikuisten peruskurssi ja Kuntojudo Aku						