

HT 2024

Tid	Måndag		Tisdag		Onsdag		Torsdag		Fredag	Lördag	Söndag
15:00	Do-jan 1	Do-jan 2	Do-jan 1	Do-jan 2	Do-jan 1	Do-jan 2	Do-jan 1	Do-jan 2	14:45-15:45 Gruppass Do-jang 1		
15:30											
16:15	5-7 år grupp 2 16:15-17:00				5-7 år Nybörjare 16:15-17:00						
16:30	Elvira B/Ronya			Huskvarna Tkcd 16:30-17:30	Patrik/Rianna	..					16:30-17:30 Gruppass Do-jang 1
17:00	Kampsydd			Patrik			16:45-17:45 Gruppass Patrik				
17:30	8-12år Grupp 2 17:10-18:10	8-12år Grupp 3 17:10-18:10			5-7år Grupp 3 17:10-18:10	8-12år Grupp Nya 17:10-18:10	CFS 15 min				
18:10	Kampsydd	fys	Kampsydd	18:15-19:30			Grönt 18:00-19:00	8-12 år Grupp 3 18:00-19:00			
18:15	Grönt 1317 Mix 18:15-19:15	plus 13 år bara nya 18:15-19:15	8-12år Grupp 3 18:15-19:15	Blått Mia/Josip	Kampsydd	8-12år Grupp 2 18:00-19:00	Patrik / Ron/ Liam N	Elvira L/ L baranou			
19:00	Mia & Amani, Lina Se förklaring nedan	Patrik/Gordon Nybörjare HT2024	Patrik		Grönt 1317 Mix 18:10-19:10	Fabian/Oliwer	Endast grönt bälte 15 min	Teknik / mits 15 min			
19:30	Blått plus18 Mix 19:15-20:30		Gruppass 19:30-20:30		Kampsydd	15 min	19:15-20:30 Patrik/ Rött & Svart	plus 13 år 19:15-20:30			
20:00	Patrik		Patrik		Blått plus18 Mix 19:15-20:30			Sixten/Elvira Nybörjare Till 7-2 kup			
20:30	Se förklaring nedan				Patrik	Se förklaring nedan					
21:00											

Grönt 1317 Mix, man ska uppfylla minst ett av kraven
Krav 1, minst 13år max 17 år
 minst 9 kup
Krav 2, Grön färg på bältet oavsett streck och oavsett om man är yngre

Blått plus18 Mix man ska uppfylla minst ett av kraven
Krav 1, Minst 18år och 9 kup
Krav 2, Minst blått bälte oavsett åldern.

plus 13 år Teknik/fys
 9 kup till 7 kup, 7-2kup
 Från 13år Max 99år

Grönt
 Teknikträning med endast gröna

Blått bälte
 Teknikträning med blått bälte oavsett

Kom i tid för att ta på sig Kampsydd