

VT 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	Patrik/Donya				Patrik/Elvira B						16:30-17:30 Gruppass
17:00	Kampsydd		Kampsydd				16:45:17:45 Gruppass Patrik				Do-jang 1 CFS
17:30	8-12år Grupp 2 17:10-18:10	8-12år Grupp 3 17:10-18:10	8-12år Grupp 3 17:10-18:10		5-7år Grupp 3 17:10-18:00		CFS 15 min				
18:10	Kampsydd	fys	18:15-19:30		Greta/Liv		Grönt 18:00-19:00				
18:15	Grönt 1317 Mix 18:15-19:15		Svart och Rött bälte Patrik		Kampsydd	8-12år Grupp 2 18:00-19:00	Patrik /Alma Endast grönt bälte		8-12 år Grupp 3 18:00-19:00		
19:00	Mia & Pablo				Grönt 1317 Mix 18:10-19:10	Mia/Fabian	Patrik /Aziz		Elvira L/Marika Teknik / mits		
19:30	Blått plus18 Mix 19:15-20:30	Kampsydd	Gruppass 19:30-20:30		Kampsydd	15 min	Från Blått bälte 19:15-20:30		plus 13 år 19:15-20:30		
20:00	Patrik		Patrik	Mia tar över SWAT Svart och Rött bälte	Blått plus18 Mix 19:15-20:30		Patrik Endast från blått		Sixten/Josip från 9 kup Till 7-2 kup		
20:30	Se förklaring nedan				Patrik						
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

Från Blått bälte
 Teknikträning från med alla färger

Kom i tid för att ta på sig Kampsydd