

## Schema VT2022

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	14:45-15:45 Gruppass Do-jang 1
15:30							15:00-16:00 Kickboxning Mihir/filippa CFS
16:00				16:15-17:00 5-7år Grupp 2 Patrik Do-jang 1			16:30-17:30 Gruppass Do-jang 1
16:30					16:45:17:45 Gruppass		
17:00	Susp & Tandskydd 17:10-18:15 8-12år Grupp 2 Patrik Kamp	17:30-18:30 8-12år Grupp 3 Rebecca O	17:10-18:10 8-12år Grupp 3 Patrik Kamp	17:10-18:00 5-7 år Grupp 3 Elvira B Teknik	17:10-18:00 5-7 år Grupp 3 Patrik	17:10-18:10 8-12år Grupp 2 Sixten B Juniorhjälpen	
17:30					CFS	8-12år Grupp 1 Mia	
18:00					18:00-19:00 8-12år Grupp 3 Patrik Mix	18:15-19:15 Vuxna 1 och nybörjare Teknik & Mits Mia	
18:30	18:30-20:00 Vuxna 2 & 3 Mix fys Hjälpledare	18:30-20:00 Vuxna 1 och nybörjare Patrik Mix fys	18:15-19:15 8-12år Grupp 1 Patrik Kamp	18:30-20:00 Vuxna 2 & 3 Kamp Patrik	18:30-20:00 Vuxna 1 EJ nya VT2022 Kamp Hjälpledare Kamp	19:00-20:30 Vuxna 3 Patrik	
19:00					19:00-20:30 Vuxna 3 Patrik	19:00-20:30 Vuxna 2 Hjälpledare	
19:30			19:30-20:30 Gruppass Do-jang 1				
20:00				Krav på egna skydd	Teknik,mits	Teknik,mits	
20:30			CFS				
21:00							

Vuxna 1: till grönt streck, ink nya för terminen (nya ej kamp)

Vuxna 2: från grönt bälte, **torsdag** oavsett ålder

Vuxna 3: från rött bälte

Grupp 1 8-12år (Tidigare nybörjare HT2021)

Grupp 2 8-12år ( Tidigare grupp 1 och grupp 3 5-7år)

Grupp 3 8-12år ( tidigare grupp 2 och 3 8-12år)

Grupp 2 5-7 år (tidigare nybörjare HT2021)

Grupp 3 5-7år (tidigare 1 & 2 HT2021)

CFS = Carlström fitness & sports AB