

IK Södra Judo Schema VT 2017							
	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
Skarpnäck	17.30-19.00	17.30-18.30	17.30-19.00	17.00-18.00			10.00-11.30
Skarpnäck	8-12år Nyb-	5-8år, Nyb	8-12år Nyb-	5-8år, Nyb			5 år -
Gårdsväg 10	Fortsättningsgrupp	6-9 år fortsättning	Fortsättningsgrupp	6-9 år fortsättning			Judo 4 All
hus nr 11	Ann,Teddy	Jenny	John,Karin	Teddy, ThomasW			Teddy
ingång 6 D	Fred	Sandra, Camilla	Kalle	Ann,Fred			Thomas W
		18.30-19.30 *		18.00-20.00			Ann, Karin R
	19.00-20.30	Fys / judofittnes	19.00-20.30	Judo&fys	19.00-20.30		
	Teknikn,Randori	11 -93 år	Teknikn,Randori	alla födda 2006-2003	Judo	*	
	13 -93 år	alla	13 -93 år	Jenny,Ann,Teddy	teknik,kata	18.30-19.00 fys i hela dojo	
	fortsättningsgrupp	Jesper,Jenny	fortsättningsgrupp	19.00-20.30	13-93 år	18.30-19.30 ½ gruppen dojo ½ gymet	
	Ann,Teddy	19.00-20.30	Jim,Adam	Teknikn,Randori	TomasR,Öberg	all judo i dojon 19.00-20.30	
	Fred	Judo,NeWaza		15-63 år		ibland kör fysgruppen i gymet hela tiden	
		Judo4Ladies		fortsättningsgrupp		från 19.30 är det bara judo i dojon	
		13-93 år		Adam,Jesper,Ann			
		Karin,Öberg		Jenny,Teddy			
		Manne, AnneÖ					
	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
Farstahallen							
Farstaängsv,3	18.00-19.30		17.30-18.30	18.30-19.30			
Farsta	8-12år Nyb-		5-8år, Nyb	Handikapp			
	Fortsättningsgrupp		6-9 år fortsättning	Barn+Vuxna			
	ChristerL,Felix		Hanna,Jocke	Bengt,Curre			
	Tommy,Jonas		Nikki,Ann	19.30-21.00			
	19.30-21.00		18.30-19.30	Ungdom & Vuxna			
	Ungdom & Vuxna		8-12år Nyb-	Teknik träning			
	Teknik träning		Fortsättningsgrupp	Bengt,Curre			
	ChristerL		Hanna,Jocke				
	Tommy		Nikki,Ann				

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
Torvallahallen		17.30-18.30	17.00-18.00			10.00-11.30	
Dalaröv,66		5-8år, Nyb	5-8år, Nyb			5 år -	
Haninge		6-9 år fortsättning	6-9 år fortsättning			Judo 4 All	
		Ann	18.00-19.30			Teddy	
		Christian	8-12år Nyb-			Ann, Jocke	
		18.30-19.50	Fortsättningsgrupp				
		Handikapp	Teddy, Ernö				
		Barn+Vuxna	19.00-20.00				
		Kata	Handikapp				
		Ann,TomasR	Barn+Vuxna				
		Hintze,CPN	Ernö,Dick,CPN				
	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
Huddingehallen				18.00-19.00		09.30-10.45	
Gymnasietorget 2				5-8år, Nyb		5-8år, Nyb	
Huddinge				6-9 år fortsättning		6-9 år fortsättning	
				19.00-20.00		11.00-12.30	
				8-12år Nyb-		8-12år Nyb-	
				Fortsättningsgrupp		Fortsättningsgrupp	
				Teddy, ChristerC		ChristerC,Teddy	
						JohanN,MartinB	
	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
Duvnässkolan					14.15-15.30		
Duvnäs,38					8-12år		
Saltsjö Duvnäs					Fortsättningsgrupp		
Nacka					Ann,Karin,Viktor		
					15.30-16.30		
					5-8år, Nyb		
					6-9 år fortsättning		

