

## IK Södra Judo Schema 8/2 -->

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
<b>Skarpnäck</b> <b>Adress:</b> Skarpnäcks Gårdsväg 10 hus nr 11 ingång 6 D	17.15-18.15 5-9 år Nybjörjare - Orange	17.15-18.15 9-15 år Nybjörjare - Grönt		17.00-17.50 5-9 år Nybjörjare - Orange		13.00-15.00 Uttagna U18-	10.00-11.15 5-9 år, Nybjörjare - Orange 9-19 år, Nybjörjare - Brunt
	18.30-20.00 Uttagna U13-	18.30-20.00 Uttagna (Grupp 1 & 2) Fys	18.30-20.00 Uttagna U13-	18.00-19.00 9-15 år Nybjörjare - Grönt	19.15-20.30 Uttagna U13-		
<b>Farstahallen</b> <b>Adress:</b> Farstaängsv. 3 Farsta	18.00-19.30 9-15 år Nybjörjare - Grönt			18.00-19.00 9-15 år Nybjörjare - Grönt			
<b>Torvallhallen</b> <b>Adress:</b> Dalarövägen 66 Haninge		17.30-18.30 5-9 år Nybjörjare - Orange  18.40-20.00 9-15 år Nybjörjare - Brunt	18.00-19.30 9-15 år Nybjörjare - Grönt			10.00-11.30 5-9 år, Nybjörjare - Orange 9-19 år, Nybjörjare - Brunt	
<b>Huddingehallen</b> <b>Adress:</b> Gymnasietorget 2 Huddinge				17.00-17.50 5-9 år, Nybjörjare - Orange  18.00-19.00 9-15 år Nybjörjare - Grönt		09.30-10.30 5-9 år, Nybjörjare - Orange  10.40-12.00 9-15 år Nybjörjare - Grönt	
<b>Boo racketshall</b> <b>Adress:</b> Mensåtravägen 5 Saltsjö Boo Nacka	18.00-19.15 5-9 år, Nybjörjare - orange 9-15 år Nybjörjare - Grönt		17.30-18:15 5-9 år Nybjörjare - Orange  18.15-19.15 9-15 år Nybjörjare - Grönt				
<b>Reimersholme</b> <b>Adress:</b> Bränneriet Södermalm Stockholm			16.00-16:45 4-7 år Nybjörjare - Orange  16.45-17.45 7-12 år Nybjörjare - Grönt				
<b>Distans</b> <b>Adress:</b> Molnet		18.30-19.30 Judo4Ladies Ung-Vuxna, Nybjörjare - Svart			12.00-13.00 Lunchrulle		
Träningen hålls från olika platser och sänds till en enhet nära dig. Bra utrustning att ha, matta /iggunderlag	19.00-20.00 Ung-Vuxna Nybjörjare - Svart	18.30-19.30 Ung-Vuxna Nybjörjare - Svart		19.00-20.00 Ung-Vuxna Nybjörjare - Svart		18.00-19:30 Kata	
Praktik och teori Du behöver 2 kvm och uppkoppling		18.30-19.30 A-judo Nybjörjare - Svart		19.00-20.00 A-judo Nybjörjare - Svart			