

IK Södra Judo Nybörjarschema 8/2 -->

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