

Schema Rolle HT-24	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
Skarpnäck Adress: Skarpnäcks Gårdsväg 10 hus nr 11 ingång 6 D	16.30-17.30 Judo 7 - 10 år Nybörjare upp till orange bälte	18.00-19.30 Judo 9- 14 år Fortsättningsgrupp orange - blått bälte	16.30-17.30 Judo 7 - 10år Nybörjare upp till orange bälte	17.30-19.00 Judo 9- 14 år Fortsättningsgrupp orange - blått bälte	12.00-13.00 Lunchrulle Judo +14 år Nybörjare och fortsätter tränar här	10.00-11.00 Judo gympa 4 - 6 år Barn och förälder tränar tillsammans 7/9 - 30/11-24	
	17.30-18.30 Judo 10-14 år Nybörjare upp till orange bälte	19.30-21.00 Judo +14 år Nybörjare och fortsätter tränar här Ungdom & Vuxna	17.30-18.30 Judo 10-14 år Nybörjare upp till orange bälte	19.00-20.30 Judo + 14 år Tävlings/ elitgrupp Ungdom & Vuxna	17.30-19.00 Judo/ Fys + 14 år Tävlings/ elitgrupp Ungdom & Vuxna		18.00-19.30 Ne waza rull Judo + 14 år Nybörjare och fortsätter tränar här Ungdom & Vuxna
	18.30-20.30 Judo +14 år Tävlings/ elitgrupp Ungdom & Vuxna		18.30-20.30 Judo +14 år Tävlings/ elitgrupp Ungdom & Vuxna		19.00-20.30 Judo + 14 år från blått bälte Kata & graderingsträning		
Farstahallen Adress: Farstaängsv. 3 Farsta	17.00-18.00 Judo 7 - 10 år Nybörjare upp till orange bälte		17.00-18.00 Judo 7 - 10 år Nybörjare upp till orange bälte	18.00-19.00 A-judo 5 år - Nybörjare tränar här träningen är anpassad för deltagare med funktionshinder			
	18.00-19.30 Judo 10-14 år Nybörjare upp till orange bälte		18.00-19.15 Judo 10-14 år Nybörjare upp till orange bälte	19.00-20.00 A-judo 15 år - fortsättare tränar här träningen är anpassad för deltagare med funktionshinder			
	18.00-19.30 Judo 9- 14 år Fortsättningsgrupp orange - blått bälte		18.00-19.15 Judo 9- 14 år Fortsättningsgrupp orange - blått bälte				
	19.30-21.00 Judo + 14 - år Nybörjare och fortsätter tränar här Ungdom & Vuxna		19.15-20.30 Judo + 14 - år Nybörjare och fortsätter tränar här Ungdom & Vuxna				
Torvallhallen Adress: Dalarövägen 66 Haninge		17.00-18.00 Judo 7 - 10 år Nybörjare upp till orange bälte	18.00-19.30 Judo 9- 14 år Fortsättningsgrupp orange - blått bälte	17.00-18.00 Judo 7 - 10 år Nybörjare upp till orange bälte		10.00-11.00 Judo 7 - 10 år Nybörjare upp till orange bälte	
		18.00-19.00 Judo 10-14 år Nybörjare upp till orange bälte		18.00-19.00 Judo 10-14 år Nybörjare upp till orange bälte		10.00-11.30 Judo 10-14 år Nybörjare upp till orange bälte	
		19.00-20.00 A-judo 5 år - Nybörjare och fortsättare tränar här träningen är anpassad för deltagare med funktionshinder		19.00-20.30 Judo +14 år Nybörjare och fortsätter tränar här Ungdom & Vuxna		10.00-11.30 Judo 9- 14 år Fortsättningsgrupp orange - blått bälte	
		Budosalen / Lilla dojon i gatuplan 18.30-20.00 Judo +14 år Ladies grupp Nybörjare och fortsätter tränar här 3/9 - 26/11-24					
Järfälla Adress: Jakobbergs Sporthall				16.45-17.45 A-judo 5 år - Nybörjare och fortsättare tränar här träningen är anpassad för deltagare med funktionshinder			
Boo Rackethall Mensätravägen 5 Saltsjö Boo	18.30-19.45 Judo 10-14 år Nybörjare upp till orange bälte						
	18.30-19.45 Judo 9- 14 år Fortsättningsgrupp orange - blått bälte						
AFA Adress: Klara Södra kyrkogata 18			15.00-16.15 Judo Vuxna endast personal på AFA 28/8 - 6/11				