

IK Södra Judo Vecka 44 2024

	Måndag 28 oktober	Tisdag 29 oktober	Onsdag 30 oktober	Torsdag 31 oktober	Fredag 1 november	Lördag 2 november	Söndag 3 november
Skarpnäck Adress: <i>Skarpnäcks</i> <i>Gårdsväg 10</i> <i>hus nr 11</i> <i>ingång 6 D</i>	10.00-16.30 Dagläger för U15-senior, endast uttagna Fys, Judo, Kata, teori	18.30-19.30 A-judo 5 år - Nybörjare och fortsättare tränar här träningen är anpassad för deltagare med funktionshinder	10.00-16.30 Dagläger för U15-senior, endast uttagna Fys, Judo, Kata, teori		12.00-13.00 Lunchrulle Judo +14 år Nybörjare och fortsättare tränar här Ungdom & Vuxna		18.00-19.30 Ne wazhulle / öppen matta Judo +14 år Nybörjare och fortsättare tränar här Ungdom & Vuxna
	17.00-18.15 Judo 7 - 10 år Nybörjare upp till orange bälte		17.00-18.15 Judo 7 - 10 år Nybörjare upp till orange bälte		12.00-13.00 Judo 9- 14 år Fortsättningsgrupp orange - blått bälte		18.00-19.30 Judo 9- 14 år Fortsättningsgrupp orange - blått
	17.00-18.15 Judo 10-14 år Nybörjare upp till orange bälte		17.00-18.15 Judo 10-14 år Nybörjare upp till orange bälte		12.00-13.00 Judo +14 år Tävlings/ elitgrupp Ungdom & Vuxna		18.00-19.30 Judo +14 år Tävlings/ elitgrupp Ungdom & Vuxna
	18.30-20.30 Judo +14 år Tävlings/ elitgrupp Ungdom & Vuxna		18.30-20.30 Judo +14 år Tävlings/ elitgrupp Ungdom & Vuxna				
	18.30-20.30 Judo 9- 14 år Fortsättningsgrupp orange - blått bälte		18.30-20.30 Judo 9- 14 år Fortsättningsgrupp orange - blått bälte		19.00-20.30 Judo + 14 år från blått bälte Kata & graderingsträning		