

Schema VT-25	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
<b>Skarpnäck</b> <b>Adress:</b> Skarpnäcks Gärdsväg 10 hus nr 11 ingång 6 D	<b>16.30-17.30</b> Judo 7 - 10 år Nybörjare upp till orange bälte <b>17.30-18.30</b> Judo 10-14 år Nybörjare upp till orange bälte <b>18.30-20.30</b> Judo +14 år Tävlings/ elitgrupp Ungdom & Vuxna	<b>18.00-19.30</b> Judo 9- 14 år Fortsättningsgrupp orange - blått bälte <b>19.30-21.00</b> Judo +14 år Nybörjare och fortsätter tränar här Ungdom & Vuxna	<b>16.30-17.30</b> Judo 7 - 10år Nybörjare upp till orange bälte <b>17.30-18.30</b> Judo 10-14 år Nybörjare upp till orange bälte <b>18.30-20.30</b> Judo +14 år Tävlings/ elitgrupp Ungdom & Vuxna	<b>17.30-19.00</b> Judo 9- 14 år Fortsättningsgrupp orange - blått bälte <b>19.00-20.30</b> Judo + 14 år Tävlings/ elitgrupp Ungdom & Vuxna	<b>12.00-13.00</b> <b>Lunchrulle</b> Judo +14 år Nybörjare och fortsätter tränar här <b>17.30-19.00</b> Judo/ Fys + 14 år Tävlings/ elitgrupp Ungdom & Vuxna <b>19.00-20.30</b> Judo + 14 år från blått bälte Kata & graderingsträning	<b>10.00-11.00</b> Judo gympa 4 - 6 år Barn och förälder tränar tillsammans <b>Start 25 januari 2025</b>	<b>18.00-19.30</b> Ne waza rull Judo + 14 år Nybörjare och fortsätter tränar här Ungdom & Vuxna
<b>Farstahallen</b> <b>Adress:</b> Farstaängsv. 3 Farsta	<b>17.00-18.00</b> Judo 7 - 10 år Nybörjare upp till orange bälte <b>18.00-19.30</b> Judo 10-14 år Nybörjare upp till orange bälte <b>18.00-19.30</b> Judo 9- 14 år Fortsättningsgrupp orange - blått bälte <b>19.30-21.00</b> Judo + 14 - år Nybörjare och fortsätter tränar här Ungdom & Vuxna		<b>17.00-18.00</b> Judo 7 - 10 år Nybörjare upp till orange bälte <b>18.00-19.15</b> Judo 10-14 år Nybörjare upp till orange bälte <b>18.00-19.15</b> Judo 9- 14 år Fortsättningsgrupp orange - blått bälte <b>19.15-20.30</b> Judo + 14 - år Ladies/ tjejgrupp Nybörjare och fortsätter tränar här Ungdom & Vuxna	<b>18.00-19.00</b> A-judo 5 år - Nybörjare tränar här träningen är anpassad för deltagare med funktionsnedsättning <b>19.00-20.00</b> A-judo och Kata för A judo 15 år - fortsättare tränar här träningen är anpassad för deltagare med funktionsnedsättning			
<b>Torvallhallen</b> <b>Adress:</b> Dalarövägen 66 Haninge		<b>17.00-18.00</b> Judo 7 - 10 år Nybörjare upp till orange bälte <b>18.00-19.00</b> Judo 10-14 år Nybörjare upp till orange bälte <b>19.00-20.00</b> A-judo 5 år - Nybörjare och fortsättare tränar här träningen är anpassad för deltagare med funktionsnedsättning	<b>18.00-19.30</b> Judo 9- 14 år Fortsättningsgrupp orange - blått bälte	<b>17.00-18.00</b> Judo 7 - 10 år Nybörjare upp till orange bälte <b>18.00-19.00</b> Judo 10-14 år Nybörjare upp till orange bälte <b>19.00-20.30</b> Judo +14 år Nybörjare och fortsätter tränar här Ungdom & Vuxna		<b>10.00-11.00</b> Judo 7 - 10 år Nybörjare upp till orange bälte <b>10.00-11.30</b> Judo 10-14 år Nybörjare upp till orange bälte <b>10.00-11.30</b> Judo 9- 14 år Fortsättningsgrupp orange - blått bälte	
<b>AFA</b> <b>Adress:</b> Klara Södra kyrkogata 18			<b>15.00-16.15</b> Judo Vuxna endast personal på AFA <b>12/2-30/4-25</b>				