

Schema GJK Dojo

Ju-jutsu Kai: Självförsvarsträning || BJJ/newaza

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
			07:00 - 08:00 BJJ/newaza <i>Vuxna</i>			10:45 - 11:45 Ju-jutsu kai <i>Knattar 5 - 8 år</i> <i>Forts. två streck och fler</i>
		17:00 - 18:00 GBG Taido		17:00 - 18:00 GBG Taido	10:00-11:30 Friträning Kai och BJJ Ingen instruktör	12:00 - 13:00 Ju-jutsu kai <i>Knattar 5 - 8 år</i> <i>Nyborjare & ett streck</i>
18:00 - 19:25 BJJ/newaza <i>Vuxna</i> <i>Nyborjare & fortsattning</i>	17:30 - 18:30 Ju-jutsu kai <i>Barn 9 - 14 år</i> <i>Alla bälten</i>	18:00 - 19:30 GBG Taido	17:30 - 18:30 Ju-jutsu kai <i>Barn 9 - 14 år</i> <i>Alla bälten</i>	18:05 - 19:30 Spontanrull vid önskemål <i>Vuxna</i> <i>Nyborjare & fortsattning</i>		
19:35 - 21:05 Takemusu Aikido	18:30 - 19.45 Ju-jutsu kai <i>Vuxna från 14 år</i> <i>Nyborjare, vit-orange</i>	19:30 - 21:00 BJJ/newaza <i>Vuxna</i> <i>Nyborjare & fortsattning</i>	18:30 - 19.45 Ju-jutsu kai <i>Vuxna från 14 år</i> <i>Fortsattning, grön-svart</i>			
	19:45 - 21:00 Ju-jutsu kai <i>Vuxna från 14 år</i> <i>Fortsattning, grön-svart</i>		19:45 - 21:00 Ju-jutsu kai <i>Vuxna från 14 år</i> <i>Nyborjare, vit-orange</i>			15:05 - 16:30 BJJ/newaza <i>Vuxna</i> <i>Nyborjare & fortsattning</i>
Knattar Kai						17:00 - 20:00 GBG Taido
Barn Kai						
Vuxna Kai						
Vuxna BJJ						