

Lahden Karate

Kamppailuareenan treenit syyskausi 2014

Klo	MA	TI	KE	TO	PE	LA	SU
8:00- 9:30	MM-ryhmä Mika						
16:00- 16:30							
16:30- 16:45							
16:45- 17:00					Junnukata Jukka		
17:00- 17:30			Junnut2 Tammiset	Kids 1 Hanna	Junnukata Jukka		Perhe-karate Jarmo
17:30- 18:00	Junnut2 Juuso/Sami H.	Junnumatsi Hawal	Junnut2 Tammiset	Kids 1 Hanna	Junnukata Jukka		Perhe-karate Jarmo
18:00- 18:15	Junnut2 Juuso/Sami H.	Junnumatsi Hawal	Junnut2 Tammiset	Kids 2 Hanna/Tina	Junnukata Jukka		
18:15- 18:30	Junnut2 Juuso/Sami H.	Junnumatsi Hawal	Junnut1 Männyt/Hellen	Kids 2 Hanna/Tina	Junnumatsi/kamppailu Tuomo		
18:30- 18:45	Junnut2 Juuso/Sami H.	MM-ryhmä	Junnut1 Männyt/Hellen	Kids 2 Hanna/Tina	Junnumatsi/kamppailu Tuomo		
18:45- 19:00	Junnut1 Juuso, Sami H.	MM-ryhmä	Junnut1 Männyt/Hellen	Kids 2 Hanna/Tina	Junnumatsi/kamppailu Tuomo		
19:00- 19:15	Junnut1 Juuso, Sami H.	MM-ryhmä	Junnut1 Männyt/Hellen	Aik. Kata Mika & Jani	Junnumatsi/kamppailu Tuomo		
19:15- 19:30	Junnut1 Juuso, Sami H.		Junnut1 Männyt/Hellen	Aik. Kata Mika & Jani	Junnumatsi/kamppailu Tuomo		
19:30- 20:00	Junnut1 Juuso, Sami H.	Aik. (vihr.-) Mika	Aik. Matsi Tuomo	Aik. Kata Mika & Jani			
20:00- 20:15	Aik. (kelt.-) Jukka	Aik. (vihr.-) Mika	Aik. Matsi Tuomo	Aik. Kata Mika & Jani			
20:15- 20:30	Aik. (kelt.-) Jukka	Aik. (vihr.-) Mika	Aik. Matsi Tuomo	MM-ryhmä Mika			
20:30- 20:45	Aik. (kelt.-) Jukka	Aik. (vihr.-) Mika	Aik. Matsi Tuomo	MM-ryhmä Mika			
20:45- 21:00	Aik. (kelt.-) Jukka	Aik. (vihr.-) Mika	Aik. Matsi Tuomo	MM-ryhmä Mika			
21:00- 21:15	Aik. (kelt.-) Jukka			MM-ryhmä Mika			

Salinkallio junnualkeiskurssi

Klo	MA	TI	KE	TO	PE	LA	SU
16:45- 17:00	Miko Jalava / Heta V.				Miia S. / Juha L.		
17:00- 17:30	Miko Jalava / Heta V.				Miia S. / Juha L.		
17:30- 18:00	Miko Jalava / Heta V.				Miia S. / Juha L.		

Salinkallio aikuisten alkeiskurssi

Klo	MA	TI	KE	TO	PE	LA	SU
16:45- 17:00	Sauli H. / Pertu R.				Jani Maaskola		
17:00- 17:30	Sauli H. / Pertu R.				Jani Maaskola		
17:30- 18:00	Sauli H. / Pertu R.				Jani Maaskola		