

Viikko	Viikonpäivä	Päivämäärä	Lajiharjoitteiden painopiste	Kellonaika ja Ryhmäkuvaus
41	maanantai	5.10.2020	IP, askelottelut	19:30-20:30 Peruskurssi + Siniset ja alemmat vyöasteet
	tiistai	6.10.2020	IP, askelottelut	18:30-19:30 Punaiset ja ylemmät vyöasteet 19:30-20:30 Ylemmätvyöt +18v.
	keskiviikko	7.10.2020	Ottelu	18:30-19:30 Otteluryhmä
			Liikesarjat, perustekniikka	19:30-20:30 Peruskurssi + Siniset ja alemmat vyöasteet
	torstai	8.10.2020	Liikesarjat, perustekniikka	18:00-19:00 Juniorit alemmat vyöasteet 19:00-20:00 Juniorit ylemmät vyöasteet
	perjantai	9.10.2020	Vapaavuoro	Vapaa
lauantai	10.10.2020		Vapaa	
sunnuntai	11.10.2020	Ottelu, ottelun paritekniikat	12:30-13:15 Juniorit alkeisryhmä + keltaiset vyöt 13:15-14:00 Junnut Vihreät ja ylemmät vyöt 14:00-15:00 Vaihtuva-aiheinen treeni (kaikki vyöasteet)	
42	maanantai	12.10.2020	Potkut	19:30-20:30 Peruskurssi + Siniset ja alemmat vyöasteet
	tiistai	13.10.2020	Potkut	18:30-19:30 Punaiset ja ylemmät vyöasteet 19:30-20:30 Ylemmätvyöt +18v.
	keskiviikko	14.10.2020	IP, askelottelut	18:30-20:00 Peruskurssi + kaikki vyöasteet
	torstai	15.10.2020	IP, askelottelut	18:00-19:00 Juniorit alemmat vyöasteet 19:00-20:00 Juniorit ylemmät vyöasteet
	perjantai	16.10.2020	Vapaavuoro	19:30-21:00 Vapaa vuoro oma-aloitteiseen harjoitteluun (lihaskunto, huolto, vyökoetekniikat)
lauantai	17.10.2020		Erillisten varausten mukaan	
sunnuntai	18.10.2020	Liikesarjat, perustekniikka	12:30-13:15 Juniorit alkeisryhmä + keltaiset vyöt 13:15-14:00 Junnut Vihreät ja ylemmät vyöt 14:00-15:00 Vaihtuva-aiheinen treeni (kaikki vyöasteet)	
43	maanantai	19.10.2020	Ottelu, ottelun paritekniikat	19:30-20:30 Peruskurssi + Siniset ja alemmat vyöasteet
	tiistai	20.10.2020	Ottelu, ottelun paritekniikat	18:30-19:30 Punaiset ja ylemmät vyöasteet 19:30-20:30 Ylemmätvyöt +18v.
	keskiviikko	21.10.2020	Potkut	18:30-20:00 Peruskurssi + kaikki vyöasteet
	torstai	22.10.2020	Potkut	18:00-19:00 Juniorit alemmat vyöasteet 19:00-20:00 Juniorit ylemmät vyöasteet
	perjantai	23.10.2020	Vapaavuoro	Vapaa
lauantai	24.10.2020		Vapaa	
sunnuntai	25.10.2020	IP, askelottelut	12:30-13:15 Juniorit alkeisryhmä + keltaiset vyöt 13:15-14:00 Junnut Vihreät ja ylemmät vyöt 14:00-15:00 Vaihtuva-aiheinen treeni (kaikki vyöasteet)	
44	maanantai	26.10.2020	Liikesarjat, perustekniikka	19:30-20:30 Peruskurssi + Siniset ja alemmat vyöasteet
	tiistai	27.10.2020	Liikesarjat, perustekniikka	18:30-19:30 Punaiset ja ylemmät vyöasteet 19:30-20:30 Ylemmätvyöt +18v.
	keskiviikko	28.10.2020	Ottelu, ottelun paritekniikat	18:30-20:00 Peruskurssi + kaikki vyöasteet
	torstai	29.10.2020	Ottelu, ottelun paritekniikat	18:00-19:00 Juniorit alemmat vyöasteet 19:00-20:00 Juniorit ylemmät vyöasteet
	perjantai	30.10.2020	Vapaavuoro	19:30-21:00 Vapaa vuoro oma-aloitteiseen harjoitteluun (lihaskunto, huolto, vyökoetekniikat)
lauantai	31.10.2020		Erillisten varausten mukaan	
sunnuntai	1.11.2020	Potkut	12:30-13:15 Juniorit alkeisryhmä + keltaiset vyöt 13:15-14:00 Junnut Vihreät ja ylemmät vyöt 14:00-15:00 Vaihtuva-aiheinen treeni (kaikki vyöasteet)	
45	maanantai	2.11.2020	IP, askelottelut	19:30-20:30 Peruskurssi + Siniset ja alemmat vyöasteet
	tiistai	3.11.2020	IP, askelottelut	18:30-19:30 Punaiset ja ylemmät vyöasteet 19:30-20:30 Ylemmätvyöt +18v.
	keskiviikko	4.11.2020	Ottelu	18:30-20:00 Peruskurssi + kaikki vyöasteet
			Liikesarjat, perustekniikka	
	torstai	5.11.2020	Liikesarjat, perustekniikka	18:00-19:00 Juniorit alemmat vyöasteet 19:00-20:00 Juniorit ylemmät vyöasteet
	perjantai	6.11.2020	Vapaavuoro	Vapaa
lauantai	7.11.2020		Vapaa	
sunnuntai	8.11.2020	Ottelu, ottelun paritekniikat	12:30-13:15 Juniorit alkeisryhmä + keltaiset vyöt 13:15-14:00 Junnut Vihreät ja ylemmät vyöt 14:00-15:00 Vaihtuva-aiheinen treeni (kaikki vyöasteet)	
46	maanantai	9.11.2020	Potkut	19:30-20:30 Peruskurssi + Siniset ja alemmat vyöasteet
	tiistai	10.11.2020	Potkut	18:30-19:30 Punaiset ja ylemmät vyöasteet 19:30-20:30 Ylemmätvyöt +18v.
	keskiviikko	11.11.2020	IP, askelottelut	18:30-20:00 Peruskurssi + kaikki vyöasteet
	torstai	12.11.2020	IP, askelottelut	18:00-19:00 Juniorit alemmat vyöasteet 19:00-20:00 Juniorit ylemmät vyöasteet
	perjantai	13.11.2020	Vapaavuoro	19:30-21:00 Vapaa vuoro oma-aloitteiseen harjoitteluun (lihaskunto, huolto, vyökoetekniikat)
lauantai	14.11.2020		Erillisten varausten mukaan	
sunnuntai	15.11.2020	Liikesarjat, perustekniikka	12:30-13:15 Juniorit alkeisryhmä + keltaiset vyöt 13:15-14:00 Junnut Vihreät ja ylemmät vyöt 14:00-15:00 Vaihtuva-aiheinen treeni (kaikki vyöasteet)	
47	maanantai	16.11.2020	Ottelu, ottelun paritekniikat	19:30-20:30 Peruskurssi + Siniset ja alemmat vyöasteet
	tiistai	17.11.2020	Ottelu, ottelun paritekniikat	18:30-19:30 Punaiset ja ylemmät vyöasteet

			19:30-20:30 Ylemmätvyöt +18v.
keskiviikko	18.11.2020	Potkut	18:30-20:00 Peruskurssi + kaikki vyöasteet
torstai	19.11.2020	Potkut	18:00-19:00 Juniorit alemmat vyöasteet 19:00-20:00 Juniorit ylemmät vyöasteet
perjantai	20.11.2020	Vapaavuoro	Vapaa
lauantai	21.11.2020	-	Vapaa
sunnuntai	22.11.2020	IP, askelottelut	12:30-13:15 Juniorit alkeisryhmä + keltaiset vyöt 13:15-14:00 Junnut Vihreät ja ylemmät vyöt 14:00-15:00 Vaihtuva-aiheinen treeni (kaikki vyöasteet)
48 maanantai	23.11.2020	Liikesarjat, perustekniikka	19:30-20:30 Peruskurssi + Siniset ja alemmat vyöasteet
tiistai	24.11.2020	Liikesarjat, perustekniikka	18:30-19:30 Punaiset ja ylemmät vyöasteet 19:30-20:30 Ylemmätvyöt +18v.
keskiviikko	25.11.2020	Ottelu, ottelun paritekniikat	18:30-20:00 Peruskurssi + kaikki vyöasteet
torstai	26.11.2020	Ottelu, ottelun paritekniikat	18:00-19:00 Juniorit alemmat vyöasteet 19:00-20:00 Juniorit ylemmät vyöasteet
perjantai	27.11.2020	Vapaavuoro	19:30-21:00 Vapaa vuoro oma-aloitteiseen harjoitteluun (lihaskunto, huolto, vyökoetekniikat)
lauantai	28.11.2020		Erillisten varausten mukaan
sunnuntai	29.11.2020	Potkut	12:30-13:15 Juniorit alkeisryhmä + keltaiset vyöt 13:15-14:00 Junnut Vihreät ja ylemmät vyöt 14:00-15:00 Vaihtuva-aiheinen treeni (kaikki vyöasteet)
49 maanantai	30.11.2020	IP, askelottelut	19:30-20:30 Peruskurssi + Siniset ja alemmat vyöasteet
tiistai	1.12.2020	IP, askelottelut	18:30-19:30 Punaiset ja ylemmät vyöasteet 19:30-20:30 Ylemmätvyöt +18v.
keskiviikko	2.12.2020	Liikesarjat, perustekniikka	18:30-20:00 Peruskurssi + kaikki vyöasteet
torstai	3.12.2020	Liikesarjat, perustekniikka	18:00-19:00 Juniorit alemmat vyöasteet 19:00-20:00 Juniorit ylemmät vyöasteet
perjantai	4.12.2020	Vapaavuoro	Vapaa
lauantai	5.12.2020		Vapaa
sunnuntai	6.12.2020	Ottelu, ottelun paritekniikat	12:30-13:15 Juniorit alkeisryhmä + keltaiset vyöt 13:15-14:00 Junnut Vihreät ja ylemmät vyöt 14:00-15:00 Vaihtuva-aiheinen treeni (kaikki vyöasteet)
50 maanantai	7.12.2020	Potkut	19:30-20:30 Peruskurssi + Siniset ja alemmat vyöasteet
tiistai	8.12.2020	Potkut	18:30-19:30 Punaiset ja ylemmät vyöasteet 19:30-20:30 Ylemmätvyöt +18v.
keskiviikko	9.12.2020	IP, askelottelut	18:30-20:00 Peruskurssi + kaikki vyöasteet
torstai	10.12.2020	IP, askelottelut	18:00-19:00 Juniorit alemmat vyöasteet 19:00-20:00 Juniorit ylemmät vyöasteet
perjantai	11.12.2020	Vapaavuoro	19:30-21:00 Vapaa vuoro oma-aloitteiseen harjoitteluun (lihaskunto, huolto, vyökoetekniikat)
lauantai	12.12.2020		Erillisten varausten mukaan
sunnuntai	13.12.2020	VYÖKOE	Kaikki
51 maanantai	14.12.2020	Ottelu, ottelun paritekniikat	19:30-20:30 Peruskurssi + Siniset ja alemmat vyöasteet
tiistai	15.12.2020	Ottelu, ottelun paritekniikat	18:30-19:30 Punaiset ja ylemmät vyöasteet 19:30-20:30 Ylemmätvyöt +18v.
keskiviikko	16.12.2020	Potkut	18:30-20:00 Peruskurssi + kaikki vyöasteet
torstai	17.12.2020	Potkut	18:00-19:00 Juniorit alemmat vyöasteet 19:00-20:00 Juniorit ylemmät vyöasteet
perjantai	18.12.2020	Vapaavuoro	Vapaa
lauantai	19.12.2020	-	Vapaa
sunnuntai	20.12.2020	IP, askelottelut	12:30-13:15 Juniorit alkeisryhmä + keltaiset vyöt 13:15-14:00 Junnut Vihreät ja ylemmät vyöt 14:00-15:00 Vaihtuva-aiheinen treeni (kaikki vyöasteet)