

Chikaran dojon harjoitusajat, syksy 25.8.2024 lähtien

	maanantai	tiistai	keskiviikko	torstai	perjantai
07.00-08.00		Kimusubi		Kimusubi	
08.00-16.00					
16.00-16.15					
16.15-16.30					
16.30-16.45	Juniorit 2 (16.30-17.45)	Peruskurssit, Lapset/nuoret (17.15-18.30)	Juniorit 1 (16.30-17.45)	Juniorit 2 (17.00-18.30)	Juniorit 1 (16.30-17.45)
16.45-17.00					
17.00-17.15					
17.15-17.30					
17.30-17.45	Yleiset treenit tekniikka, randori (17.45-19.45)	SWKS ry (18.30-21.00)	Yleiset treenit randori, avoimet myös muiden seurojen judokoille (17.45-19.45)	Aikuisten tekniikka ja peruskurssi (18.30-20.00)	Yleiset treenit newaza+pysty (17.45-19.45)
17.45-18.00					
18.00-18.15					
18.15-18.30					
18.30-18.45					
18.45-19.00					
19.00-19.15					
19.15-19.30	Vapaa (19.45-22.00)		Vapaa (19.45-22.00)	Vapaa (20.00-22.00)	Vapaa (19.45-22.00)
19.30-19.45					
19.45-20.00					
20.00-20.15					
20.15-20.30					
20.30-20.45					
20.45-21.00					
21.00-21.15					
21.15-21.30					
21.30-21.45					
21.45-22.00					

	lauantai	sunnuntai	
09.00-09.30	Vapaa (9.00-10.00)		
09.30-10.00		Vapaat treenit (9.30-10.30)	
10.00-10.30	SWKS ry (10.00-12.00)	Vapaa vuoro (10.30-11.30)	
10.30-11.00			
11.00-11.30			
11.30-11.45			
11.45-12.00			
12.00-12.30		Juniorit 2 (11.30-13.00)	
12.30-13.00	Aikuisten tekniikka ja peruskurssi (12.30-14.00)	Peruskurssit, Lapset/nuoret (13.00-14.15)	
13.00-13.15			
13.15-13.30			
13.30-14.00			
14.00-14.15	Kilparyhmä (14.00-16.00)	Tauko	
14.15-14.30			
14.30-15.00		Muksujudo (14.30-15.15)	
15.00-15.15			
15.15-15.30		Vapaa vuoro (15.15-16.00)	
15.30-16.00		Vapaat treenit (16.00-18.00)	AcroYoga (16.00-19.00)
16.00-16.30			
17.00-17.30			
17.30-17.00			
17.00-18.00	Vapaat treenit (18.00-19.30)	Vapaa (19.00-21.30)	
18.00-18.30			
18.30-19.00			
19.00-19.30			
19.30-20.00	Vapaa (19.30-21.30)	Vapaa (19.00-21.30)	
20.00-20.30			
20.30-21.00			
21.00-21.30			
21.00-21.30			