

HARJOITUSAJAT / SYKSY 2021 Turun Judoseura ry (vuorot voimassa 9.8.2021 - 31.12.2021)							
	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
15.00-16.30							Judon ihmemaa vapaavuoro lapsille ja koko perheelle
17.00-18.00 17.00-18.30 (nuorten jatkoryhmä)	Nuorten peruskurssi U13-15	Lasten peruskurssi U11	Nuorten peruskurssi U13-15	Lasten peruskurssi U11			
	Nuorten jatkoryhmä U13-15	Lasten jatkoryhmä U11	Nuorten jatkoryhmä U13-15	Lasten jatkoryhmä U11			
				Muksujudo U7			
18.00-19.30	Kilpatekniikka ja Randori aikuiset ja U18	Tekniikka- harjoitukset aikuiset ja U18	Kilpatekniikka ja Randori aikuiset ja U18	Kuntojudo aikuiset ja U18	Nuorten jatkoryhmä U13-15		
19.30-20.45	Intensiivikurssi + peruskurssi aikuiset ja U18		Intensiivikurssi + peruskurssi aikuiset ja U18	Kata aikuiset ja U18			

Nuorten ryhmien ikäluokat: Muksujudo, U7 = n. 5-6 vuotiaat Lapset, U11 = n. 7-10 vuotiaat Nuoret, U13-15 = n. 10-14 vuotiaat U18 = n. 14-17 vuotiaat