

## Syksy 2018

Elokuu PVM	Vetäjä	Kihon	Kihon oyo jutsu	Kata	Tegumi	Futari geiko	Ukemi	Kumite / randori / IP	Pistarit / tyynyt	Ne waza
20.8. Ma junnut	Tiina & Jokke	Jodan uke, hiza geri, tettsui	Jodan uke 1,3							
20.8. Ma aikuiset alemmat	Tiina & Jokke	Jodan uke, hiza geri, tettsui	Jodan uke							
20.8. Ma aikuiset kaikki	Jarmo					shiai kumite waza, käsipositio 2, kaizen 2				
22.8. Ke junnut	Titi	Gedan barai, haito uchi, yoko geri	Gedan barai 1, 3							
22.8. Ke aikuiset	Titi	Gedan barai, haito uchi, yoko geri	Gedan barai			tsuki futari geiko				
25.8. La		Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä
26.8. Su alemmat		Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä
26.8. Su kaikki		Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä
26.8. Su danit		Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä
27.8. Ma junnut	Jarmo & Tiina	Ei harjoituksia - Naisten ip-kurssi	Ei harjoituksia - Naisten ip-kurssi	Ei harjoituksia - Naisten ip-kurssi	Ei harjoituksia - Naisten ip-kurssi	Ei harjoituksia - Naisten ip-kurssi	Ei harjoituksia - Naisten ip-kurssi	Ei harjoituksia - Naisten ip-kurssi	Ei harjoituksia - Naisten ip-kurssi	Ei harjoituksia - Naisten ip-kurssi
27.8. Ma aikuiset	Jarmo & Tiina	Ei harjoituksia - Naisten ip-kurssi	Ei harjoituksia - Naisten ip-kurssi	Ei harjoituksia - Naisten ip-kurssi	Ei harjoituksia - Naisten ip-kurssi	Ei harjoituksia - Naisten ip-kurssi	Ei harjoituksia - Naisten ip-kurssi	Ei harjoituksia - Naisten ip-kurssi	Ei harjoituksia - Naisten ip-kurssi	Ei harjoituksia - Naisten ip-kurssi
29.8. Ke junnut	Titi	uchi uke, mae geri, gyaku zuki	uchi uke 1, 3							
29.8. Ke aikuiset	Titi	uchi uke, mae geri, gyaku zuki	uchi uke			uke futari geiko				

Syyskuu PVM	Vetäjä	Kihon	Kihon oyo jutsu	Kata	Tegumi	Futari geiko	Ukemi	Kumite / randori / IP	Pistarit / tyynyt	Ne waza
1.9. La		Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä
2.9. Su alemmat	Jarmo	<b>Natsakoe + harjoitus</b>	<b>Natsakoe + harjoitus</b>	<b>Natsakoe + harjoitus</b>	<b>Natsakoe + harjoitus</b>	<b>Natsakoe + harjoitus</b> nyrkkeilydrilli	<b>Natsakoe + harjoitus</b>	<b>Natsakoe + harjoitus</b>	<b>Natsakoe + harjoitus</b>	<b>Natsakoe + harjoitus</b>
2.9. Su kaikki	Jarmo							IP - suorat lyönnit		
2.9. Su danit	Jarmo					nyrkkeilydrilli, pystypainidrilli				
3.9. Ma junnut	Jarmo	soto uke, uraken uchi, mawashi geri (etu- ja takajalka)								
3.9. Ma aikuiset alemmat	Jarmo	soto uke, uraken uchi, mawashi geri (etu- ja takajalka)	soto uke							
3.9. Ma aikuiset kaikki	Ante									
5.9. Ke junnut		kake uke,shuto uchi, fumi komi	kake uke 1,3							
5.9. Ke aikuiset		kake uke, shuto uchi, fumi komi	kake uke			heishu futari geiko				
8.9. La		Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä	Ei harjoituksia - sali muussa käytössä
9.9. Su alemmat	Jarmo					pystypainidrilli				
9.9. Su kaikki	Jarmo							IP - koukkulyönnit		

9.9. Su danit	Jarmo					käsipositio 1 + kaadot, kaizen 1				
10.9. Ma kurssi	Jarmo & Tiina	sonoba tsuki, mae geri, jodan uke						ranneotteesta irrottautuminen		
10.9. Ma junnut		Shuto uke, empi uchi, kinteki geri	Shuto uke 1,3							
10.9. Ma aikuiset alemmat	Jarmo	Shuto uke, empi uchi, kinteki geri	Shuto uke							
10.9. Ma aikuiset kaikki	Ante									
12.9. Ke kurssi		gyaku tsuki, hiza geri, jodan uke, gedan barai	jodan uke 1							
12.9. Ke junnut				Kihon						
12.9. Ke aikuiset						kaishu futari geiko				
15.9. La										
16.9. Su alemmat	Jarmo					käsipositio 1 + kaadot, kaizen 1				
16.9. Su kaikki	Jarmo							IP - rinnusote ja koukkulyönnit		
16.9. Su danit	Jarmo					käsipositio 2 kaizen 2				
17.9. Ma kurssi		gyaku tsuki, hiza geri, jodan uke, gedan barai	jodan uke 1				kovat eteen ja taakse			
17.9. Ma junnut				Kihon						

17.9. Ma aikuiset				Kihon						
17.9. Ma aikuiset	Ante									
19.9. Ke kurssi		sonoba tsuki jodan, chudan, gedan, mae geri, ushiro geri, gedan barai, uchi uke	gedan barai, uchi uke taso 1							
19.9. Ke junnut			jodan uke 1,3							
19.9. Ke aikuiset				Kihon						
22.9. La										
23.9. Su alemmat	Jarmo					Maassakamppailu drilli				
23.9. Su kaikki	Jarmo							IP: Kuristukset maassa		
23.9. Su danit	Jarmo					Maassakamppailu drilli				
24.9. Ma kurssi		gyaku tsuki, hiza geri, jodan uke, gedan barai, uchi uke, soto uke	jodan uke, gedan barai, uchi uke, soto uke taso 1				kovat eteen ja taakse			
24.9. Ma junnut			gedan barai 1,3							
24.9. Ma aikuiset alemmat				Taisabaki						
24.9. Ma aikuiset kaikki	Ante									
26.9. Ke kurssi		mae geri, hiza geri, jodan uke, gedan barai	jodan uke, gedan barai taso 1						kisami tsuki, gyaku tsuki	











Marrask. PVM	Vetäjä	Kihon	Kihon oyo jutsu	Kata	Tegumi	Futari geiko	Ukemi	Kumite / randori / IP	Pistarit / tyynyt	Ne waza
3.11. La	Jyrki	Pystyteluleiri	Pystyteluleiri	Pystyteluleiri	Pystyteluleiri	Pystyteluleiri	Pystyteluleiri	Pystyteluleiri	Pystyteluleiri	Pystyteluleiri
4.11. Su alemmat	Jarmo	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus kaikki	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus
4.11. Su kaikki	Jarmo									
4.11. Su danit	Jarmo									
5.11. Ma kurssi		tsuki waza, keri waza	kaikki taso 1				kerrataan		kerrataan	
5.11. Ma junnut										
5.11. Ma aikuiset alemmat										
5.11. Ma aikuiset kaikki	Ante									
7.11. Ke kurssi		kerrataan	kerrataan				kerrataan		kerrataan	
7.11. Ke junnut										
7.11. Ke aikuiset										
10.11. La										
11.11. Su alemmat	Jarmo									
11.11. Su kaikki	Jarmo									
11.11. Su danit	Jarmo									
12.11. Ma kurssi		kerrataan	kerrataan				kerrataan		kerrataan	





