

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	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus nyrkkeilydrilli	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus
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	

3.10. Ke aikuiset										
6.10. La										
7.10. Su kaikki	Jon	Mattokamppailu- leiri	Mattokamppailu- leiri	Mattokamppailu- leiri	Mattokamppailu- leiri	Mattokamppailu- leiri	Mattokamppailu- leiri	Mattokamppailu-leiri	Mattokamppailu- leiri	Mattokamppailu- leiri
8.10. Ma kurssi		sonoba tsuki jodan/chudan/ged an, gyaku tsuki, mae geri, ushiro geri, uchi uke, soto uke	soto uke taso 1							
8.10. Ma iunnut										
8.10. Ma aikuiset alemmat										
8.10. Ma aikuiset kaikki	Ante									
10.10. Ke kurssi		sonoba tsuki, hiza geri, uchi uke, soto uke, kake uke	uchi uke, soto uke, kake uke taso 1							
10.10. Ke junnut										
10.10. Ke aikuiset										
13.10. La										
14.10. Su alemmat	Jarmo					Käsipositio 2, kaizen 2				
14.10. Su kaikki	Jarmo							IP: ranneotteet, tarttumiset		
14.10. Su danit	Jarmo					Kuristusdrilli				

15.10. Ma kurssi		gyaku tsuki, mae geri, ushiro geri, jodan uke, gedan barai	jodan uke, gedan barai taso 1				kovat kaikki			
15.10. Ma junnut			kake uke 1,3							
15.10. Ma aikuiset alemmat						Tsuki, Uke				
15.10. Ma aikuiset kaikki	Ante									
17.10. Ke kurssi		sonoba tsuki, gyaku tsuki, mae geri, hiza geri, kake uke, shuto uke	kake uke, shuto uke taso 1							
17.10. Ke junnut			shuto uke 1,3							
17.10. Ke aikuiset						Kaishu, Heishu				
20.10. La										
21.10. Su alemmat	Jarmo					Keri				
21.10. Su kaikki	Jarmo							IP: halausotteet		
21.10. Su danit	Jarmo					kyusho ja tuite drillit				
22.10. Ma kurssi		tsuki waza (kerrataan), keri waza (kerrataan), uchi uke, soto uke	uchi uke, soto uke taso 1				kovat kaikki		kerrataan	
22.10. Ma junnut				Kihon/Taisabaki						
22.10. Ma aikuiset alemmat			jodan uke, gedan barai 1-3							

22.10. Ma aikuiset kaikki	Ante									
24.10.. Ke kurssi		uke waza kaikki	kaikki taso 1							
24.10. Ke junnut				Kihon/Taisabaki						
24.10. Ke aikuiset			uchi uke 1-3							
27.10. La										
28.10. Su alemmat	Jarmo					Shiai kumite waza				
28.10. Su kaikki	Jarmo							Pystyottelutekniikka - puolustautuminen		
28.10. Su danit	Jarmo					Shiai kumite waza kaikki tasot				
29.10. Ma kurssi		tsuki waza kaikki, keri waza kaikki							kerrataan	
29.10. Ma junnut								Pystyottelutekniikkaa		
29.10. Ma aikuiset alemmat			soto uke, kake uke 1-3							
29.10. Ma aikuiset kaikki	Ante									
31.10. Ke kurssi		keri waza, uke waza	kaikki taso 1						kerrataan	
31.10. Ke junnut								Pystyottelutekniikkaa		
31.10. Ke aikuiset			shuto uke 1-3							

Marrask. PVM	Vetäjä	Kihon	Kihon oyo jutsu	Kata	Tegumi	Futari geiko	Ukemi	Kumite / randori / IP	Pistarit / tyynyt	Ne waza
3.11. La	Jyrki	Pystyotteluleiri	Pystyotteluleiri	Pystyotteluleiri	Pystyotteluleiri	Pystyotteluleiri	Pystyotteluleiri	Pystyotteluleiri	Pystyotteluleiri	Pystyotteluleiri
4.11. Su alemmat	Jarmo	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus tsuki, uke, heishu, kaishu	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus
4.11. Su kaikki	Jarmo							IP: hiha- ja hiusotteet		
4.11. Su danit	Jarmo					Kansetsu drilli				
5.11. Ma kurssi		tsuki waza, keri waza	kaikki taso 1				kerrataan		kerrataan	
5.11. Ma junnut						Nyrkkeilydrillin go no sen				
5.11. Ma aikuiset alemmat				Kihon/Taisabaki						
5.11. Ma aikuiset kaikki	Ante									
7.11. Ke kurssi		kerrataan	kerrataan				kerrataan		kerrataan	
7.11. Ke junnut						Nyrkkeilydrillin sen no sen				
7.11. Ke aikuiset						Nyrkkeilydrilli				
10.11. La										
11.11. Su alemmat	Jarmo					Alemmat tai keri				
11.11. Su kaikki	Jarmo					Maassakamppailu- drilli				
11.11. Su danit	Jarmo					Shime waza-drilli + vastatekniikat				
12.11. Ma kurssi		kerrataan	kerrataan				kerrataan		kerrataan	

12.11. Ma junnut						Potkunyrykkeily- drillin go no sen				
12.11. Ma aikuiset alemmat				Taisabaki/Aragaki seisan						
12.11. Ma aikuiset kaikki	Ante									
14.11. Ke kurssi		kerrataan	kerrataan				kerrataan		kerrataan	
14.11. Ke junnut						Potkunyrykkeily- drillin sen no sen				
14.11. Ke aikuiset						Potkunyrykkeily- drilli				
17.11. La	Jon	Mattokamppailu- leiri	Mattokamppailu- leiri	Mattokamppailu- leiri	Mattokamppailu- leiri	Mattokamppailu- leiri	Mattokamppailu- leiri	Mattokamppailu-leiri	Mattokamppailu- leiri	Mattokamppailu- leiri
18.11. Su alemmat	Jarmo					Shiai kumite waza				
18.11. Su kaikki	Jarmo							Taisabaki oyo jutsu		
18.11. Su danit	Jarmo					Kerrataan mattoleiriä				
19.11. Ma kurssi		kerrataan	kerrataan				kerrataan		kerrataan	
19.11. Ma junnut						Tsuki				
19.11. Ma aikuiset alemmat				Kihon/Taisabaki/Ar agaki seisan						
19.11. Ma aikuiset kaikki	Ante									
21.11. Ke kurssi		Kurssin vyökoe	Kurssin vyökoe	Kurssin vyökoe	Kurssin vyökoe	Kurssin vyökoe	Kurssin vyökoe	Kurssin vyökoe	Kurssin vyökoe	Kurssin vyökoe
21.11. Ke junnut			Jodan uke, gedan barai, uchi uke 1,3							

