

Syksy 2019

Elokuu PVM	Vetäjä	Kihon	Kihon oyo jutsu	Kata	Tegumi	Futari geiko	Ukemi	Kumite / randori / IP	Pistarit / tyynyt	Ne waza
19.8. Ma junnut		Valokuvaus ja videointi	Valokuvaus ja videointi	Valokuvaus ja videointi	Valokuvaus ja videointi	Valokuvaus ja videointi	Valokuvaus ja videointi	Valokuvaus ja videointi	Valokuvaus ja videointi	Valokuvaus ja videointi
19.8. Ma aikuiset alemmat		Valokuvaus ja videointi	Valokuvaus ja videointi	Valokuvaus ja videointi	Valokuvaus ja videointi	Valokuvaus ja videointi	Valokuvaus ja videointi	Valokuvaus ja videointi	Valokuvaus ja videointi	Valokuvaus ja videointi
19.8. Ma aikuiset kaikki	Ante	Valokuvaus ja videointi	Valokuvaus ja videointi	Valokuvaus ja videointi	Valokuvaus ja videointi	Valokuvaus ja videointi	Valokuvaus ja videointi	Valokuvaus ja videointi	Valokuvaus ja videointi	Valokuvaus ja videointi
21.8. Ke junnut		jodan uke, gedan barai, hizageri, yoko geri, tettsui uchi, haito uchi	jodan uke, gedan barai tasot 1, 3							
21.8. Ke aikuiset		jodan uke, gedan barai, hizageri, yoko geri, tettsui uchi, haito uch	jodan uke, gedan barai tasot 1-3			tsuki				
24.8. 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
25.8. 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
25.8. 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
25.8. 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
26.8. Ma junnut		uchi uke, soto uke, mae geri, mawashi geri, gyaku zuki, uraken uchi	uchi uke, soto uke tasot 1, 3							

26.8. Ma aikuiset alemmat	Jarmo	uchi uke, soto uke, mae geri, mawashi geri, gyaku zuki, uraken uchi	uchi uke, soto uke tasot 1-3							
26.8. Ma aikuiset kaikki	Jarmo					Nyrkkeily, potkunyrkkeily, käsipositio				
28.8. Ke junnut		kake uke, shuto uke, fumikomi, kinteki geri, shuto uchi, empi, ushiro kaiten empi	kake uke, shuto uke tasot 1, 3							
28.8. Ke aikuiset		kake uke, shuto uke, fumikomi, kinteki geri, shuto uchi, empi, ushiro kaiten empi	kake uke, shuto uke tasot 1-3			uke				
31.8. La		Vapaavuoro / näytöstreeni	Vapaavuoro / näytöstreeni	Vapaavuoro / näytöstreeni	Vapaavuoro / näytöstreeni	Vapaavuoro / näytöstreeni	Vapaavuoro / näytöstreeni	Vapaavuoro / näytöstreeni	Vapaavuoro / näytöstreeni	Vapaavuoro / näytöstreeni

Syyskuu PVM	Vetäjä	Kihon	Kihon oyo jutsu	Kata	Tegumi	Futari geiko	Ukemi	Kumite / randori / IP	Pistarit / tyynyt	Ne waza
1.9. Su alemmat	Jarmo	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus tsuki, uke, heishu, käsipositio 1 ja 2	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus
1.9. Su kaikki	Jarmo						Näytöksen ukemit	Näytöksen goshin jutsu		
1.9. Su danit	Jarmo					kaizen1, pystypaini, maassakamppailu Näytöstreeni				
2.9. Ma junnut				Kihon						
2.9. Ma aikuiset alemmat	Jarmo					kaizen 1				

2.9. Ma aikuiset kaikki	Jarmo					Nyrkkeily, potkunyrkkeily, käsipositio				
4.9. Ke junnut + näytös- ryhmä	vetäjä + näytösryhmä Jarmo			Kihon						
4.9. Ke aikuiset + näytös- ryhmä	vetäjä + näytösryhmä Jarmo			Kihon/Taisabaki						
5.9. To	Näytösryhmä	Näytös Kauppakeskus Granissa klo 19:00	Näytös Kauppakeskus Granissa klo 19:00	Näytös Kauppakeskus Granissa klo 19:00	Näytös Kauppakeskus Granissa klo 19:00	Näytös Kauppakeskus Granissa klo 19:00	Näytös Kauppakeskus Granissa klo 19:00	Näytös Kauppakeskus Granissa klo 19:00	Näytös Kauppakeskus Granissa klo 19:00	Näytös Kauppakeskus Granissa klo 19:00
7.9. 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
8.9. Su alemmat	Jarmo					Kaishu				
8.9. Su kaikki	Jarmo					Kaishu sovelluksia				
8.9. Su danit	Jarmo					Kaizen 1 + kaadot				
9.9. Ma kurssi	Jarmo & Tiina	sonoba tsuki, mae geri, jodan uke						ranneotteesta irrottautuminen		
9.9. Ma junnut								randori		sidonta ja poistuminen mount ja guard
9.9. Ma aikuiset alemmat	Jarmo					Tegumit 1-12				
9.9. Ma aikuiset kaikki	Ante			Kaizen 1						
11.9. Ke kurssi		gyaku tsuki, hiza geri, jodan uke, gedan barai	jodan uke 1							

11.9. Ke junnut						nyrkkeilydrillin "go no sen" -osuus erillisinä				
11.9. Ke aikuiset						Nyrkkeilydrilli erillisinä tekniikoina				
14.9. La Kaikki	Lasse, Risto, Ante	30-vuotis juhlaleiri	30-vuotis juhlaleiri	30-vuotis juhlaleiri	30-vuotis juhlaleiri	30-vuotis juhlaleiri	30-vuotis juhlaleiri	30-vuotis juhlaleiri	30-vuotis juhlaleiri	30-vuotis juhlaleiri
15.9. Su alemmat	Jarmo					Kaizen 1				
15.9. Su kaikki	Jarmo									maassakamppailu- drilli + lisäteknikat
15.9. Su danit	Jarmo					Kaizen 2		Goshin jutsu		
16.9. Ma kurssi		gyaku tsuki, hiza geri, jodan uke, gedan barai	jodan uke 1							
16.9. Ma junnut								randori		sidonta ja poistuminen side mount ja kesa gatame
16.9. Ma aikuiset alemmat										sidonta ja poistuminen side mount ja kesa gatame
16.9. Ma aikuiset	Ante			Kaizen 2						
18.9. Ke kurssi		sonoba tsuki jodan, chudan, gedan, mae geri, ushiro geri, gedan barai, uchi uke	gedan barai taso 1					kovat eteen ja taakse		
18.9. Ke junnut						potkunyrkkeily- drillin "go no sen" - osuus erillisinä				

18.9. Ke aikuiset						potkunyrykkeily-drilli erillisinä tekniikoina				
21.9. La										
22.9. Su alemmat	Jarmo			Aragaki Seisan						
22.9. Su kaikki	Jarmo							randori		junioreiden maassakamppailud rilli ja maassakamppailud rilli
22.9. Su danit	Jarmo			Kaizen 1, Kaizen 2						
23.9. Ma kurssi		gyaku tsuki, hiza geri, jodan uke, gedan barai, uchi uke, soto uke	jodan uke, gedan barai, uchi uke, soto uke taso 1							
23.9. Ma junnut								randori		junioreiden maassakamppailud rillin osia
23.9. Ma aikuiset alemmat				Taisabaki						
23.9. Ma aikuiset kaikki	Ante									
25.9. Ke kurssi		mae geri, hiza geri, jodan uke, gedan barai	jodan uke, gedan barai taso 1				kovat eteen ja taakse		kisami tsuki, gyaku tsuki	
25.9. Ke junnut			jodan uke, gedan barai, uchi uke tasot 1, 3							
25.9. Ke aikuiset						tsuki, uke				
28.9. La										
29.9. Su alemmat	Jarmo					Shiai kumite waza				
29.9. Su kaikki	Jarmo					Junioreiden maassakamppailud rilli				sidonta, poistuminen ja lopetus guard

6.10. 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
6.10. Su kaikki	Jarmo					Maassakamppailud rilli + extrat		randori + lyönnit		
6.10. Su danit	Jarmo					keri				
7.10. Ma kurssi		sonoba tsuki jodan/chudan/ged an, gyaku tsuki, mae geri, ushiro geri, uchi uke, soto uke	soto uke taso 1							
7.10. Ma junnut				Kihon						
7.10. Ma aikuiset alemmat				Kihon, Taisabaki						
7.10. Ma aikuiset kaikki	Ante									
9.10. Ke kurssi		sonoba tsuki, hiza geri, uchi uke, soto uke, kake uke	uchi uke, soto uke, kake uke taso 1							
9.10. Ke junnut		uchi uke, soto uke, mae geri, mawashi geri, gyaku zuki, uraken uchi	uchi uke, soto uke tasot 1, 3							
9.10. Ke aikuiset		uchi uke, soto uke, mae geri, mawashi geri, gyaku zuki, uraken uchi	uchi uke, soto uke tasot 1, 3							
12.10. La										
13.10. Su alemmat	Jarmo					Käsipositio 1, Käsipositio 2				

13.10. Su kaikki	Jarmo							Goshin jutsu - tarttuminen		
13.10. Su danit	Jarmo							Dan kokeen shiai waza - > kumite		
14.10. Ma kurssi		gyaku tsuki, mae geri, ushiro geri, jodan uke, gedan barai	jodan uke, gedan barai taso 1				kovat kaikki			
14.10. Ma junnut				Kihon, Taisabaki						
14.10. Ma aikuiset alemmat				Taisabaki, Seisan						
14.10. Ma aikuiset kaikki	Ante									
16.10. Ke kurssi		sonoba tsuki, gyaku tsuki, mae geri, hiza geri, kake uke, shuto uke	kake uke, shuto uke taso 1							
16.10. Ke junnut		kake uke, shuto uke, fumikomi, kinteki geri, shuto uchi, empi, ushiro kaiten empi	kake uke, shuto uke tasot 1, 3			junioreiden maassakamppailud rilli				
16.10. Ke aikuiset		kake uke, shuto uke, fumikomi, kinteki geri, shuto uchi, empi, ushiro kaiten empi	kake uke, shuto uke tasot 1-3			Maassakamppailud rilli				
19.10. La										
20.10. Su alemmat						Tsuki, Uke				
20.10. Su kaikki								Potkuhyökkäyksiin vapaa vastahyökkäys		

20.10. Su danit						Heishu, Kaishu, Keri, Kaizen 1				
21.10. Ma kurssi		tsuki waza (kerrataan), keri waza (kerrataan), uchi uke, soto uke	uchi uke, soto uke taso 1				kovat kaikki		kerrataan	
21.10. Ma junnut								Ottelutekniikkaa - vastatekniikka potkuhyökkäyksiin		
21.10. Ma aikuiset alemmat						Käsipositiio 1				
21.10. Ma aikuiset kaikki	Ante									
23.10.. Ke kurssi		uke waza kaikki	kaikki taso 1							
23.10. Ke junnut						junioreiden maassakamppailud rilli				
23.10. Ke aikuiset						Maassakamppailud rilli				
26.10. 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
27.10. Su alemmat	Jarmo					Pystypainidrilli				
27.10. Su kaikki	Jarmo							Goshin jutsu kuristukset		
27.10. Su danit	Jarmo					Pystypainidrilli		Puolustautuminen pystypaini-positioissa		
28.10. Ma kurssi		tsuki waza kaikki, keri waza kaikki							kerrataan	
28.10. Ma junnut								randori		Hallinta, mount, guard, side mount

28.10. Ma aikuiset alemmat						Käsipositio 2				
28.10. Ma aikuiset kaikki	Ante									
30.10. Ke kurssi		keri waza, uke waza	kaikki taso 1						kerrataan	
30.10. Ke junnut			kaikki taso 1, 3							
30.10. Ke aikuiset						Pystypainidrilli				

Marrask. PVM	Vetäjä	Kihon	Kihon oyo jutsu	Kata	Tegumi	Futari geiko	Ukemi	Kumite / randori / IP	Pistarit / tyynyt	Ne waza
2.11. La	Jyrki	IP-sparrileiri	IP-sparrileiri	IP-sparrileiri	IP-sparrileiri	IP-sparrileiri	IP-sparrileiri	IP-sparrileiri	IP-sparrileiri	IP-sparrileiri
3.11. Su alemmat	Jarmo	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus Shiai kumite waza	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus	Natsakoe + harjoitus
3.11. Su kaikki	Jarmo							Ottelutekniikkaa lähietäisyydeltä (Dirty boxing)		
3.11. Su danit	Jarmo					Kaizen 2 erillisinä tekniikoina				
4.11. Ma kurssi		tsuki waza, keri waza	kaikki taso 1				kerrataan		kerrataan	
4.11. Ma junnut		uke waza kaikki						Ottelutekniikka vastatekniikka lyönteihin		
4.11. Ma aikuiset alemmat		uke waza kaikki	kaikki taso 1							

4.11. Ma aikuiset kaikki	Ante									
6.11. Ke kurssi		kerrataan	kerrataan				kerrataan		kerrataan	
6.11. Ke junnut		keri waza kaikki						Ottelutekniikkaa yhdistelmähyökkäyksiä		
6.11. Ke aikuiset		keri waza kaikki	kaikki taso 2					Ottelutekniikkaa yhdistelmähyökkäyksiä		
9.11. La										
10.11. Su alemmat	Jarmo					Maassakampailudr illi				
10.11. Su kaikki	Jarmo							Goshin jutsu lyönteihin ja potkuihin		
10.11. Su danit	Jarmo					Maassakampailudr rilli		Puolustautuminen maassa - dan koe		
11.11. Ma kurssi		kerrataan	kerrataan				kerrataan		kerrataan	
11.11. Ma junnut		tsuki waza kaikki						randori		
11.11. Ma aikuiset alemmat		tsuki waza kaikki	kaikki taso 3							
11.11. Ma aikuiset kaikki	Ante									
13.11. Ke kurssi		kerrataan	kerrataan				kerrataan		kerrataan	
13.11. Ke junnut				Kihon/Taisabaki						
13.11. Ke aikuiset								Ottelutekniikka vastatekniikka lyönteihin		

16.11. La	Ante	Bo-leiri	Bo-leiri	Bo-leiri	Bo-leiri	Bo-leiri	Bo-leiri	Bo-leiri	Bo-leiri	Bo-leiri
17.11. Su alemmat	Jarmo			Kihon,Taisabaki, Seisan						
17.11. Su kaikki	Jarmo							Ottelutekniikka pitkä etäisyys		
17.11. Su danit	Jarmo			Taisabaki, Seisan + oyo jutsu, Kaizen 1						
18.11. Ma kurssi		kerrataan	kerrataan				kerrataan		kerrataan	
18.11. Ma junnut						Junioreiden maassakamppailud rilli		randori		
18.11. Ma aikuiset alemmat						Shiai kumite waza				
18.11. Ma aikuiset kaikki	Ante									
20.11. Ke kurssi		Kurssin vyökoe	Kurssin vyökoe	Kurssin vyökoe	Kurssin vyökoe	Kurssin vyökoe	Kurssin vyökoe	Kurssin vyökoe	Kurssin vyökoe	Kurssin vyökoe
20.11. Ke junnut			Jodan uke, gedan barai, uchi uke tasot 1, 3							
20.11. Ke aikuiset						Shiai kumite waza				
23.11. La										
24.11. Su alemmat	Jarmo							Ottelutekniikkaa		
24.11. Su kaikki	Jarmo							Goshin jutsu halausotteet		
24.11. Su danit	Jarmo							Ottelutekniikkaa		
25.11. Ma junnut			Soto uke, kake uke, shuto uke tasot 1, 3							

