

Kevät 2026

Tammikuun painotus: pystykamppailu

Tammii PVM	Vetäjä	Kihon	Kihon dai oyo jutsu	Kata	Tegumi	Futari geiko	Ukemi	Kumite / randori / IP	Pistarit / tyynyt	Ne waza
12.1. Ma junnut		gyakuzuki, maegeri, soto uke						otteluliikkuminen	gyakuzuki, maegeri	
12.1. Ma aikuiset		gyakuzuki, maegeri, soto uke						otteluliikkuminen	gyakuzuki, maegeri	
12.1. Ma aikuiset ylemmät	Ante									
14.1. Ke junnut								suorien lyöntien torjuminen	suorat lyönnit	
14.1. Ke aikuiset								suorien lyöntien torjuminen	suorat lyönnit, mawashi geri	
14.1. Ke aikuiset	Ante	Kobudo		Kobudo						
17.1. La										
18.1. Su alemmat	Jarmo					heishu				
18.1. Su kaikki	Jarmo							otteluliikkuminen, puolustus		
18.1. Su danit	Jarmo					heishu, shiai kumite waza				
19.1. Ma junnut		shuto uke, uraken, mawashi geri						otteluliikkuminen		
19.1. Ma aikuiset		shuto uke, uraken, mawashi geri				heishu				

11.2. Ke junnut		uchi uke, soto uke	maegeri, työntö					IP - soveltavaa		
11.2. Ke aikuiset		uchi uke, soto uke	maegeri, työntö					IP - soveltavaa		
11.2. Ke aikuiset	Ante	Kobudo		Kobudo						
14.2. La										
15.2. Su alemmat	Jarmo		kaizen dai oyo jutsu yläkoukku 2, suora lyönti			käsipositio 1, 2				
15.2. Su kaikki	Jarmo							IP - tarttumiset		
15.2. Su danit	Jarmo		kaizen dai oyo jutsu yläkoukku 2, suora lyönti			käsipositio 1, 2				
16.2. Ma junnut		Harjoitukset peruttu hiihtoloma	Harjoitukset peruttu hiihtoloma	Harjoitukset peruttu hiihtoloma	Harjoitukset peruttu hiihtoloma	Harjoitukset peruttu hiihtoloma	Harjoitukset peruttu hiihtoloma	Harjoitukset peruttu hiihtoloma	Harjoitukset peruttu hiihtoloma	
16.2. Ma aikuiset				jiyu dai ichi + oyo jutsu						
16.2. Ma aikuiset ylemmät	Ante									
18.2. Ke junnut		Harjoitukset peruttu hiihtoloma	Harjoitukset peruttu hiihtoloma	Harjoitukset peruttu hiihtoloma	Harjoitukset peruttu hiihtoloma	Harjoitukset peruttu hiihtoloma	Harjoitukset peruttu hiihtoloma	Harjoitukset peruttu hiihtoloma	Harjoitukset peruttu hiihtoloma	
18.2. Ke aikuiset				käsipositio 1, 2				Maegerin torjunta		
18.2. Ke aikuiset	Ante	Kobudo		Kobudo						
21.2. La										
22.2. Su alemmat	Jarmo					kaishu				
22.2. Su kaikki	Jarmo							IP-halausotteet		
22.2. Su danit	Jarmo			jiyu dai ni + oyo jutsu		kaishu				

23.2. Ma junnut		gedan barai	alakoukku, niskalenkki					IP - soveltavaa		
23.2. Ma aikuiset		gedan barai	alakoukku, niskalenkki					IP - soveltavaa		
23.2. Ma aikuiset ylemmät	Ante									
25.2. Ke junnut		tettsui uchi, fumikomi				käsipositio 1 sovelten				
25.2. Ke aikuiset		tettsui uchi, fumikomi				käsipositio 1,2				
25.2. Ke aikuiset	Ante	Kobudo		Kobudo						
28.2 La										

Maaliskuun painotus: pystypaini ja maassakamppailu

Maalis PVM	Vetäjä	Kihon	Kihon dai oyo jutsu	Kata	Tegumi	Futari geiko	Ukemi	Kumite / randori / IP	Pistarit / tyynyt	Ne waza
1.3. Su alemmat	Jarmo					Pystypainidrilli				
1.3. Su kaikki	Jarmo							IP - puolustautuminen maassa		
1.3. Su danit	Jarmo					Pystypainidrilli + extrat				
2.3. Ma junnut						Pystypainidrilli soveltaen				
2.3. Ma aikuiset						Pystypainidrilli				
2.3. Ma aikuiset ylemmät	Ante							soveltaen		
4.3. Ke junnut							ukemit			soveltaen
4.3. Ke aikuiset							ukemit			soveltaen

4.3. Ke aikuiset	Ante	Kobudo		Kobudo						
7.3. La										
8.3. Su alemmat	Jarmo					Maassakamp-pailudrilli				
8.3. Su kaikki	Jarmo							IP - alasviennit ja hallinta		
8.3. Su danit	Jarmo					Maassakamp-pailudrilli, junioreiden drilli				
9.3. Ma junnut							ukemit			soveltaen
9.3. Ma aikuiset							ukemit			
9.3. Ma aikuiset ylemmät	Ante									soveltaen
11.3. Ke junnut		Keri wasa						soveltaen potkuja		
11.3. Ke aikuiset		Keri waza						soveltaen potkuja		
11.3. Ke aikuiset	Ante	Kobudo		Kobudo						
14.3. La										
15.3. Su alemmat	Jarmo					Maassakamp-pailudrilli				
15.3. Su kaikki	Jarmo							IP: pystypainietäisyys		
15.3. Su danit	Jarmo					Maassakamp-pailudrilli, junioreiden drilli				
16.3. Ma junnut										soveltaen
16.3. Ma aikuiset							ukemit			

16.3. Ma aikuiset ylemmät	Ante									sovelten
18.3. Ke junnut								pystykamppailu- tekniikkaa		
18.3. Ke aikuiset								pystykamppailu- tekniikkaa		
18.3. Ke aikuiset	Ante	Kobudo		Kobudo						
21.3. La	Ante	Minileiri Hakutsuru	Minileiri Hakutsuru	Minileiri Hakutsuru	Minileiri Hakutsuru	Minileiri Hakutsuru	Minileiri Hakutsuru	Minileiri Hakutsuru	Minileiri Hakutsuru	Minileiri Hakutsuru
22.3. Su alemmat	Jarmo					uke				
22.3. Su kaikki	Jarmo							IP: hallinta pystyssä		
22.3. Su danit	Jarmo			hakutsuru		uke				
23.3. Ma junnut										soveltaen
23.3. Ma aikuiset						uke				
23.3. Ma aikuiset ylemmät	Ante									soveltaen
25.3. Ke junnut		keri waza						soveltaen potkuja		
25.3. Ke aikuiset		keri waza						soveltaen potkuja		
25.3. Ke aikuiset	Ante	Kobudo		Kobudo						

28.3. La										
29.3. Su alemmat	Jarmo									tekniikkaa
29.3. Su kaikki	Jarmo							IP:kuristukset		
29.3. Su danit	Jarmo			argaki seisan						tekniikkaa
30.3. Ma junnut										
30.3. Ma aikuiset										
30.3. Ma aikuiset ylemmät	Ante									

Huhtikuun painotus: vyökoetekniikat

Huhti PVM	Vetäjä	Kihon	Kihon dai oyo jutsu	Kata	Tegumi	Futari geiko	Ukemi	Kumite / randori / IP	Pistarit / tyynyt	Ne waza
1.4 Ke junnut		Uke waza		Kihon sho						
1.4 Ke aikuiset		Uke waza		Kihon sho						
1.4. Ke aikuiset	Ante	Kobudo		Kobudo						
4.4. La		Harjoitukset peruttu Pääsiäinen	Harjoitukset peruttu Pääsiäinen	Harjoitukset peruttu Pääsiäinen	Harjoitukset peruttu Pääsiäinen	Harjoitukset peruttu Pääsiäinen	Harjoitukset peruttu Pääsiäinen	Harjoitukset peruttu Pääsiäinen	Harjoitukset peruttu Pääsiäinen	Harjoitukset peruttu Pääsiäinen
5.4. Su		Harjoitukset peruttu Pääsiäinen	Harjoitukset peruttu Pääsiäinen	Harjoitukset peruttu Pääsiäinen	Harjoitukset peruttu Pääsiäinen	Harjoitukset peruttu Pääsiäinen	Harjoitukset peruttu Pääsiäinen	Harjoitukset peruttu Pääsiäinen	Harjoitukset peruttu Pääsiäinen	Harjoitukset peruttu Pääsiäinen

6.4. Ma		Harjoitukset peruttu Pääsiäinen	Harjoitukset peruttu Pääsiäinen	Harjoitukset peruttu Pääsiäinen	Harjoitukset peruttu Pääsiäinen	Harjoitukset peruttu Pääsiäinen	Harjoitukset peruttu Pääsiäinen	Harjoitukset peruttu Pääsiäinen	Harjoitukset peruttu Pääsiäinen	Harjoitukset peruttu Pääsiäinen
8.4. Ke junnut		Zuki waza		Kihon sho, kaizen dai						
8.4. Ke aikuiset		Zuki waza		Kihon sho, kaizen dai						
8.4. Ke aikuiset	Ante	Kobudo		Kobudo						
10.4 La										
10.4. Su alemmat	Jarmo				tegumit					
10.4. Su kaikki	Jarmo							Pystykamppailu lähietäisyys		
10.4. Su danit	Jarmo			aragaki seisan	tegumit					
13.4.. Ma junnut				Kaizen dai						
13.4.. Ma aikuiset				Kaizen dai						
13.4.. Ma aikuiset ylemmät	Ante									
15.4. Ke junnut				Kaizen sho						
15.4. Ke aikuiset				Kaizen sho		käsipositio 1				
15.4. Ke aikuiset	Ante	Kobudo		Kobudo						
18.4 La	Jarmo	Vyökoetekniikka-leiri	Vyökoetekniikka-leiri	Vyökoetekniikka-leiri	Vyökoetekniikka-leiri	Vyökoetekniikka-leiri	Vyökoetekniikka-leiri	Vyökoetekniikka-leiri	Vyökoetekniikka-leiri	Vyökoetekniikka-leiri
19.4. Su alemmat	Jarmo		Kihon dai oyo jutsu							

