

	Måndag	Tisdag	Onsdag		Torsdag	Fredag	
17:00			BJJ	BJJ	JJK	BJJ	17:00
-			Ungdom				
18:00			- 18:15	Vuxen	Mon Grön/Blå/Brun		-
18:00	BJJ & JJK	JJK	- 18:45		JJK	Vuxen	18:30
-	Ungdom		Stretching		Mon Nybörjare		
19:00	Mon Orange	Mon Grön/Blå/Brun	18:45 - 19:00		Mon Orange		
19:00	BJJ & JJK		JJK		JJK		
-	Vuxen		Kyu Nybörjare/Gul		Kyu Grön		
20:20	Kyu Avanc		Kyu Orange		Kyu Blå		
20:20	JJK	JJK	JJK		JJK		
-	Kyu Nybörjare/Gul	Kyu Grön	Gemensam				
21:40	Kyu Orange	Kyu Blå			Kyu Avanc		
	Lördag				Söndag		
?				11:00	BJJ & JJK		
-				-			
12:00				13:00	Fri träning		
12:00	JJK			13:00			
-				-			
13:00	Funktionshindrade			14:00			
13:00	Iaido			14:00	JJK		
-				-			
14:30				15:00	Knatte nyb		
14:30				15:00	JJK		
-				-			
?				16:00	Jutsulek		
				16:00	JJK		
				-			
				17:00	Knatte forts		
				17:00	JJK		
				-			
				18:00	Mon Nybörjare		
				18:00	TF		
				-			
				19:30	Tactical Fitness		
				19:30			
				-			
				?			