

# KESÄN HARJOITUSAJAT



Ju-jutsuklubin peruskurssit ja junnujen kevätkausi päättyy viikolla 22. Muiden ryhmien osalta kevätkausi päättyy juhannukseen, kevätkauden viimeiset aikataulunmukaiset harjoitukset ovat torstaina 21.6. Sen jälkeen harjoitukset siirtyvät kesäaikatauluun:

## KESÄAIKATAULU 25.6-31.7

**Hokutoryu kaikki vyöt:** Ke 18:30-20:00

**Kickboxing kaikki vyöt:** Ke 17:00-18:30

**BJJ:** Ti: 17:00-18:30, Pe 17:00-18.30

Muista treeneistä sovitaan Kaapelin sparrit -facebookryhmässä.

**Kyokushin karate:** ei ohjattuja harjoituksia

**Sambo:** ei ohjattuja harjoituksia

**Kenjutsu:** ei ohjattuja harjoituksia

Kun salissa ei ole ohjattuja harjoituksia, on sali Ju-jutsuklubin harjoitusmaksun maksaneiden jäsenten vapaaharjoittelukäytössä koko kesän. Myös omatoimisesti harjoitellessa kunnioitetaan salin sääntöjä, harjoituskortti on jätettävä tiskille harjoituksen ajaksi vaikka salissa ei olisi muita harjoittelijoita. Jos harjoituskortti ei ole mukana, ei harjoitella.