

SCHEMA

Här ser du det aktuella schemat som gäller för våra sektioner.

För aktuella priser, klicka [här](#).

Aikido

Måndag 18:30-19:45

Onsdag 18:00-19:30

Ju-jutsu barn

Onsdag 16:45-18:00

Ju-jutsu nybörjare/fortsättning

Måndag 18:30-19:45

Onsdag 19:30-21:00

Fredag 16:15-17:30 (fri träning, fys pass)

Söndag 17:00-18:30 (Kihon Waza träning)

Ju-jutsu avancerad (grönt-svart bälte)

Måndag 19:45-21:15

Onsdag 18:00-19:30

Fredag 16:15-17:30 (fri tränings, fys pass)

Söndag 17:00-18:30 (Kihon Waza träning)

Jissen Kobudo

Måndag 19:45-21:15

Onsdag 19:30-21:00

Söndag 18:30-20:30

Sportpalatset schema

Stora mattan

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
16.30-17.30			16.30-17.30			
Uthyrd			Uthyrd			
17.30-18.30	17.00-18.30	16.45-18.00	17.30-18.30	16.15-17.30		16.00-17.00
Örebro Karateförening	Uthyrd	Ju-jutsu Barn	Örebro Karateförening	Ju-jutsu Vuxna		Örebro karateförening*
18.30-19.45	18.30-20.00	18.00-19.30	18.30-20.00	17.30-18.30		17.00-18.30
Ju-jutsu Vuxna Nybörjare - Orange	Örebro Karateförening	Ju-jutsu Vuxna Grön - Svart	Örebro Karateförening	Örebro Karateförening		Ju-jutsu Vuxna Avancerade*
19.45-21.15	20.00-21.15	19.30-21.00	20.00-21.15			18.30-20.30
Ju-jutsu Vuxna Grön - Svart	Örebro Karateförening	Ju-jutsu Vuxna Nybörjare - Orange	Örebro Karateförening			Jissen Kobudo (från 3 kyu)*

Lilla mattan

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
16.30-17.30			16.30-17.30	16.15-17.30		
Uthyrd			Uthyrd	Ju-jutsu Vuxna		
17.30-18.30	17.00-18.30	16.45-18.00	17.30-18.30	17.30-18.30		16.00-17.00
Örebro Karateförening	Uthyrd	Ju-Jutsu Barn	Örebro Karateförening	Örebro Karateförening		Örebro karateförening*
18.30-19.45	18.30-20.00	18.00-19.30	18.30-20.00			17.00-18.30
Aikido	Örebro Karateförening	Aikido	Örebro Karateförening			Ju-jutsu Vuxna Avancerad*
19.45-21.15	20.00-21.15	19.30-21.00	20.00-21.15			
Jissen Kobudo	Örebro Karateförening	Jissen Kobudo	Örebro Karateförening			

* Träningsstid kan utgå vid lägerverksamhet