

Veckoschema Stora salen Våren 2012

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
12.00-13.00							
13.00-14.00							
14.00-15.00						Taekwondo, Miniorer 7-13år, Nybörjare VT-12.	Taekwondo, Miniorer 7-13år, Gul
15.00-16.00						Taekwondo, Miniorer 7-13år, Grön-Blå-Röd	
16.00-17.00						Thai/Kickboxning Avanc. 16.00-17.15	BJJ, Nybörjare 16.00-17.45
17.30-18.30	FYS, Alla medlemmar 17.30-18.45	Taekwondo, Miniorer 7-13år, Gul	Taekwondo, Miniorer 7-13år, Nybörjare VT-12.	Fys Karlstad United/ Sponsor aktiviteter	Taekwondo Poomsaelaget		
18.45-20.00	Boxning Nybörjare	Taekwondo, från 14år Bas/sport/motion Gul-Röd	Taekwondo, Miniorer 7-13år, Grön-Blå-Röd 18.30-19.30	Taekwondo, från 14år Bas/sport/motion Nybörjare Vår-12			
20.00-21.15	Taekwondo, Kamplaget Juniorer/Seniorer	Taekwondo, från 14år Bas/sport/motion Nybörjare Vår-12	Taekwondo, Kamplaget Juniorer/Seniorer 19.30-20.45	Taekwondo, från 14år Bas/sport/motion Gul-Röd			
21.15-22.30							

Veckoschema Lilla salen Våren 2012

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
12.00-13.00							
13.00-14.00							
14.00-15.00							
15.00-16.00							Taekwondo, Miniorer 7-13år Gul-Röd 15.00-16.15
16.00-17.00							
17.30-18.30	Taekwondo, Poomsae Alla nivåer.	Boxning Avanc. 17.30-18.45	Hapkido	Boxning Avanc. 17.30-18.45			
18.45-20.00	Taekwondo Bas/sport/motion 1gupp-Svart	Thai/Kickboxning Nybörjare	Thai/Kickboxning Avanc.	Thai/Kickboxning Nybörjare			
20.00-21.15	Taekwondo Poomsaelaget	BJJ, Nybörjare		BJJ, Avancerade			
21.15-22.30							

Tränare:

Peter Malmberg	Daniel Resare/Steven Fall/ Ali Karim	Poomsaelaget	Juma Lomani	AhadAlizada	Max Manlander	Per Sjöström/ Diana Kajic
Peter Malmberg/Johan Dahl/Anders Fernqvist	Anders Graan/George Hompis	Jonas Magnusson,/David Lundh/Oskar Ericsson/Isak Olsson/Adam Rosén	Juma Lomani	Conny Engman	Daniel Resare	Mikael Hedgren