

















































SCHEMA FÖR TAEKWONDO, HAPKIDO, GRAPPLING M.M VT-2012



Grupp	Bälte	Tränare	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
Kamplaget - Elit	 → 	Niklas Andersson Fredrik Andersson	18.30-20.00		18.30-20.00	18.30-20.00		14.00-15.30	14.00-15.30
Mellankamplaget	 → 	Elin Johansson Per-Erik Hedlund	20.00-21.30			20.00-21.30		14.00-15.30	
Nybörjarkamplaget		Niklas Andersson Elias Brännström	17.00-18.30			20.00-21.31			
TKD Fitness - High Impact	 → 	Niklas Andersson				18.30-20.00			
TKD Fitness - High Impact	 → 	Johan Larsson		20.00-21.30					
TKD Fitness - Low Impact	 → 	Niklas Andersson			17.00-18.30				
Graderingskurs A	 → 	Kenny Westermark							15.30-17.00
Graderingskurs B	 → 	Elin Johansson Rickard Lindh							12.30-14.00
Graderingskurs C	 → 	Per-Erik Hedlund							15.30-17.00
Avancerade Miniorer	 → 	Jasmine Berggren Ossian Markgren		19.00-20.00		17.30-18.30			13.00-14.00
Mellan Miniorer 9-13år	 → 	Amanda Wikberg Robin Granström		17.00-18.00				15.30-16.30	
Mellan Miniorer 6-8år	 → 	Pauline Lövgren			17.30-18.30			13.00-14.00	
Nybörjar Miniorer 6-8år		Samuel Westermark Jennifer Å-Y	17.30-18.30					13.00-14.00	
Nybörjar Miniorer 4-5år	 	Caroline Persson				17.30-18.20			
Habiliteringen		Sofie Gustafsson			16.40-17.30				

Bas 40år+		H-G Boström Eva Hedlund		18.00-19.30		20.00-21.30			
Bas 30-39år		Fredrik Andersson Daniel Stiglund	20.00-21.30		20.00-21.30				
Bas 18-29år		Fredrik Andersson Daniel Stiglund	20.00-21.30		20.00-21.30				
Bas 14-17år		Fredrik Andersson Daniel Stiglund	20.00-21.30		20.00-21.30				
Bas 9-13år		Markus Boström Sandra Hillergren	17.30-18.30					15.30-16.30	
Bas 6-8år		Nils Stenmark Caroline Persson			17.30-18.30			13.00-14.00	
Bas 4-5år		Samuel Westermark Alva Lundqvist				17.30-18.20			
Hapkido Avancerade	 → 	Rikard Larsson	19.30-21.00	18.30-20.00		18.30-20.00			
Hapkido - Fortsättning	 → 	Lars Strömbro	19.30-21.00	18.30-20.00		18.30-20.00			
Hapkido - Nybörjare		Rikard Larsson		20.00-21.00				16.00-17.00	
Miniorer 9-13år	 → 	Robert Stenberg	18.30-19.30		18.30-19.30				
Miniorer- Nybörjare		Rikard Larsson		17.30-18.30				15.00-16.00	
Grappling		Örjan Hedman		20.15-21.15		20.15-21.15			
AIK - 01		Elin Johansson			16.30-17.30				
AIK - 02		Elin Johansson		18.00-19.00					
AIK - 03 Grupp 1		Elin Johansson				16.30-17.30			
AIK - 03 Grupp 2		Samuel Westermark				16.30-17.30			

Stora Salen

Lilla Salen Uppe

Lilla Salen