

Budo rooster

Geldig per 1 januari 2018

Maandag	Zaal 3	leeftijd
16:00-17:00	Jiu Jitsu	7 - 10 jaar
17:00-18:00	Jiu jitsu	11 - 15 jaar
19:00-20:00	Judo/Jiu Jitsu techniek (kata/examen)training	15+
Dinsdag	Zaal 3	leeftijd
15:45-16:30	Judo	5 - 7 jaar
16:30-17:30	Judo	8 - 11 jaar
17:30-18:30	Wedstrijdtraining	- 12 jaar
20:30-21:30	Jiu Jitsu	16+
21:30-22:30	Jiu Jitsu Randori	15+
Woensdag	Zaal 3	leeftijd
14:30-15:15	Judo	4 - 6 jaar
15:15-16:15	Judo	7 - 9 jaar
16:15-17:15	Judo	10+
17:30-18:45	Wedstrijdtraining	12+
21:00-22:00	JJ/ ne-waza [zaal 1]	
Donderdag	Zaal 3	leeftijd
16:15-17:15	Jiu Jitsu	7 - 10 jaar
17:15-18:15	Jiu jitsu	11 - 15 jaar
21:00-22:00	Jiu Jitsu	16+
Vrijdag	Zaal 3	leeftijd
15:45-16:30	Judo	4 - 5 jaar
16:30-17:30	Judo	6 - 8 jaar
17:30-18:30	Judo	9 - 11 jaar
18:30-19:30	Judo	12 - 14 jaar
20:30-21:30	Judo	14+
Zaterdag	Zaal 3	leeftijd
08:45-09:30	Judo	4 - 6 jaar
09:30-10:30	Judo	7 - 9 jaar
10:30-11:30	Judo	10+