

Tid	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
10.00						Tid: 10.00-10.45 Nybörjare/Forts. Vitt-Halv Orange 5-8år	Tid: 10-11 Thaiboxning Barn 7-13år
11.00						Tid: 11-11.45 Fortsättning Hel Orange-Blått 7-9år	Tid: 10-11 BJJ Barn 7-13år
11.45						Tid: 12.00-12.45 Nybörjare/Forts. Vitt-Halv Orange 5-8år	Tid: 11-12 Thaiboxning
16.00	Nybörjare/Forts. Vitt-Halv Orange 9-13år	Tid: 16.00-16.45 Nybörjare/Forts. Vitt-Halv Orange 5-8år	Tid: 16.00-16.45 Fortsättning Hel Orange-Blått 7-9år	Nybörjare/Forts. Vitt-Halv Orange 9-13år	Tid: 16.00-16.45 Nybörjare/Forts. Vitt-Halv Orange 5-8år		Tid: 12.30-14.00 BJJ
17.00	Avancerad Orange-Halv Blått 10-13år	ELIT Junior Blått-Svart	Avancerad Orange-Halv Blått 10-13år	TEAM ELIT & ELIT Junior Blått-Svart Tid: 17-18.30	Tid: 17-17.45 Fortsättning Hel Orange-Blått 7-9år		
18.00	ELIT KIHON/KATA Blått-Svart	UNGDOM/ VUXENGRUPP 14år-uppåt	ELIT KIHON/KATA Blått-Svart	UNGDOM/ VUXENGRUPP 14år-uppåt Tid: 18.30-19.30	Tid: 18-19.15 Thaiboxning		
19.00 - 20.30	TEAM ELIT KUMITE Tävlingsgruppen + Vuxna från blått	TEAM ELIT KUMITE Tävlingsgruppen + Vuxna från blått	TEAM ELIT KUMITE Tävlingsgruppen + Vuxna från blått	BJJ Tid: 19.30-20.45			
20.00		Tid: 20.00-21.15 BJJ	Tid: 20-21.15 Thaiboxning				