

Träningsschema Musubi Dojo Kampsportsförening											
	Mån	Mån #2	Tis	Tis #2	Ons	Ons #2	Tor	Tor #2	Fre	Lör	Sön
08:30											SJJ/BJJ
09:00											
09:30										Systema	
10:00											Systema ungdom
10:30											
11:00											
11:30											
12:00										Aikido avancerad	bjj
12:30											
13:00											
16:00											Yoga For BJJ
16:30											
17:00											
17:30								SJJ ungdom	bjj		
18:00			SJJ ungdom		Judo (6-9år)						
18:30	JJ Ryu (nybörjare)						SJJ	kick & box			
19:00		bjj	SJJ vuxen		Judo (10-14år)	bjj					
19:30	JJ Ryu										
20:00				Aikido	JJ Ryu		Aikido				
20:30											
21:00											
21:30											

Stilar
Brasiliansk Ju-Jutsu (bjj)
Judo (knattar resp ungdom)
Ju-Jutsu Ryu
Sport Ju-Jutsu (sjj)
Systema
kick & box
Yoga