

Klo	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Klo	Lauantai	Sunnuntai	
			MM -vapaavuoro			12:00			
17:00		Junnu alkeis-kurssi		Junnu alkeis-kurssi					
17:30	17:00-18:15 Aikuisten alkeiskurssi	17:00-18:15 Hanna/Tamminen	KIDS 17:30-18:15 Hanna /pariton vko Miia/ parillinen vko	17:00-18:15 Sensei Virkkunen	17:00-18:15 Aikuisten alkeiskurssi	13:00			
						14:00			
18:15	18:15-19:30 Junnu kelt- oranssi	Junnu Ylemmät vyöt 18:15-19:30	Junnu kata / Sensei Kirves (parillinen vko) Junnu 18:15-19:30 alkeiskumite/Saario/ pariton vko	MM ryhmät 18:15-19:30 Sensei Virkkunen	Junnu kelt- oranssi Junnu Ylemmät vyöt 18:15-19:30	15:00			
						16:00		Fysiikka 16:00-17:00 (Junnu ylemmät/ EM 2021 ja kaikki)	
19:30	Ylemmät aikuiset 19:30-21:00 Sensei Kirves	19:30-20:00 kuntopiiri *** MM ryhmät vapaa vuoro 20:00-21:00	Kumite 19:30-21:00 Sensei Heinonen	Ylemmät aikuiset 19:30-21:00 Sensei Virkkunen	Kumite 19:30-21:00 Sensei Heinonen	17:00		Perhekarate 17:00-18:00 Junnilla	
						18:00			
						19:00			
						20:30			
21:00									
	Junnu alkeis		Erikoistreenit: Kumite Kata junnut Fysiikka**						
	Junnu keltavöiset								
	Junnu oranssivöiset				KIDS				
	Junnu ylemmät				Perhekarate				
	Aikuiset alkeis								
	Ylemmät aikuiset								
** SU: Fysiikka on osa EM2021 ryhmän treeniohjelmää, sekä ylempien junnujen treeneijä. Kaikki muutkin voivat osallistua									
** TI: Kuntopiiri on tarkoitettu junnu ylemmille osana treeniä, avoin kaikille									

ryhmä	Valmentajat					
Junnu alkeis	Sensei Virkkunen	Hanna Saario	Tuomo Tamminen			
Aikuisten alkeiskurssi	Sensei Virkkunen	Sensei Pirkko Heinonen	Jarmo Junnila			
Junnu kelta-oranssit	Sensei Kirves	Tuomo Tamminen	Jari Rantanen	Juha Lukkarinen		
Junnu ylemmät vyöt	ti Juuso Saario (parillinen vko)	ti Sami Huuskonen (pariton vko)	Pe Saariot/ Huuskonen			
KIDS	Hanna Saario (pariton vko)	Miia Stefanski (parillinen vko)				
Fysiikka	Hanna Saario					
Perhekarate	Jarmo Junnila					
Kuntopiiri	Juuso	Sami	Hanna			