

Vecka	Tema	Tekniker
7	Grepp i kläder och livtag	J1,4,5,6,7,8 / J3,4,5,6, R1,2
8		
9	Stryptag, kniv	J2,3,9,14,15 / J1,2,7,14
10		
11	Slag, spark, påk	J10,11,12,13 / J8,10,11,12,13, R3
12		
13	Scenarioträning	R1,2 / J9,15
14	Randori / yakusoku geiko	J1 / J5
15	Kihon	All kihon
16	Kluriga tekniker	J1,3,11,12,13 / J1,5,7,12,13
17	Påskläger, ingen träning	
18	Provgradering	
19	Två motståndare	J4,6,9,13 / J15,11,4,8,13
20	Graderingsträning	J8-15 / J8-15
21	Graderingsträning	J1-7 / J1-7
22	Prova på! (Ta med kompis)	Massa skoj!

J = Jigo waza
R = Renraku waza

Söndag: Gradering