



Järfälla aikido Vårterminen 2024 - Barnschema

Vecka	Tekniker	Tisdag kl. 18-19	Torsdag kl. 18-19
2	Ikkyo omote/ura Irimi nage [Aihanmi katatedori]	9/1 Steve	11/1 Sandra
3	Tai no tankan ho Kokyonage Shihonage ura [Gyakohanmi katatedori]	16/1 Steve	18/1 Sandra
4	Ikkyo omote Ikkyo ura Irimi nage [Katadori]	23/1 Steve	25/1 Sandra
5	Ikkyo omote Ikkyo ura [Suwariwaza Katadori]	30/1 Steve	1/2 Sandra
6	Sankyo omote Sankyo ura [Gyakohanmi katatedori]	6/2 Steve	8/2 Sandra
7	Nikyo omote Nikyo ura [Gyakohanmi katatedori]	13/2 Steve	15/2 Sandra
8	Jo 6-kata Kokyonage Tenchinage [Ryotedori]	20/2 Steve	22/2 Sandra
9	Sportlov		
10	Uchi kaiten nage Soto kaiten nage [Gyakohanmi katatedori]	5/3 Sandra	7/3 Sandra



Järfälla aikido Vårterminen 2024 - Barnschema

Vecka	Tekniker	Tisdag kl. 18-19	Torsdag kl. 18-19
11	Ikkyo omote Irimi nage Kokyu nage [Ushiro ryotedori]	12/3 Sandra	14/3 Sandra
12	Ikkyo omote Ikkyo ura [Suwariwaza Katadori]	19/3 Sandra	21/3 Sandra
13	Bokken 1-3	26/3 Sandra	28/3 Sandra
14	Påsklov		
15	Iriminage Kotegaeshi [Shomenuchi]	9/4 Sandra	11/4 Sandra
16	Ikkyo omote Ikkyo ura Irimi nage Kotegeashi [Aihanmi katatedori]	16/4 Sandra	18/4 Sandra
17	Tai no tenkan ho Kokyu nage (tenkan) Shihonage ura [Gyakohanmi katatedori]	23/4 Sandra	25/4 Sandra
18	Ikkyo omote Ikkyo ura Irimi nage [Katadori]	30/4 Valborg	2/5 Sandra
19	Graderingskoll	7/5 Sandra	Kristi himmelfärd



Järfälla aikido Vårterminen 2024 - Barnschema

Vecka	Tekniker	Tisdag kl. 18-19	Torsdag kl. 18-19
20	Graderingsträning	14/5 Sandra	16/5 Sandra
21	Graderingsträning	21/5 Sandra	23/5 Sandra
22	Graderingsträning	28/5 Sandra	30/5 Sandra
23	Graderingsträning	4/6 Sandra	Nationaldagen
	Gradering	8/6 kl. 10-12	

Övrigt

Mae/ushiro/tobikoshi ukemi

Shikko mae/ushiro/kaiten

Ikkyo undo mae/shiho

Tenkan/Irimitenkan/irimitenkan kaiten

Suwari waza ryotedori kokyū ho