



# OLARINLUOMAN SALI

14.8.-22.12.2023

MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI
	10:00-11:00 AIKUISTEN NO-GI / LUKKOPAINI <b>RAMI HAKALA</b> PÄÄSALI	7:00-8:15 (EI JOKA VIIKKO) KEHONHUOLTO / FELDENKRAIS LISÄTIEDOT WWW.FELTSU.EU/TAPAHTUMAT <b>MARKO SEPPÄLÄ</b> ONLINE - ZOOM	10:00-11:00 AIKUISTEN NO-GI / LUKKOPAINI <b>RAMI HAKALA</b> PÄÄSALI		10:00-10:45 TAAPERO TAEKWONDO (3-6V & AIKUINEN) BEGINNERS & JATKAVAT <b>VILLE NISSINEN</b> PÄÄSALI
17:00-18:00 JUNNU BJJ (9-15V) BEGINNERS & JATKAVAT <b>ROD MIRANDA</b> PÄÄSALI	16:00-17:00 LASTEN & NUORTEN TAEKWONDO (7-15V) ALEMMAT VYÖT (VALKOINEN, VALKOKELTAINEN & UUDET) <b>TOMMI PETJOI</b> PÄÄSALI	17:00-18:00 JUNNU BJJ (9-15V) BEGINNERS & JATKAVAT <b>ROD MIRANDA</b> PÄÄSALI	16:00-17:00 LASTEN & NUORTEN TAEKWONDO (7-15V) ALEMMAT VYÖT (VALKOINEN, VALKOKELTAINEN & UUDET) <b>TOMMI PETJOI</b> PÄÄSALI	17:00-18:30 JUNNU BJJ KISARYHMÄ (+6V) (SULJETTU KISARYHMÄTUNTI) <b>THOMAS MIKEL</b> PÄÄSALI	10:45-11:30 TIIKERI TAEKWONDO (5-8V) BEGINNERS & JATKAVAT <b>VILLE NISSINEN</b> PÄÄSALI
18:00-18:45 TAAPERO JIUJITSU (3-6V & AIKUINEN) BEGINNERS & JATKAVAT <b>ROD MIRANDA</b> PÄÄSALI	17:00-18:00 LASTEN & NUORTEN TAEKWONDO (7-15V) YLEMMÄT VYÖT (KELTAINEN & YLEMMÄT VYÖASTEET) <b>TOMMI PETJOI</b> PÄÄSALI	18:00-18:45 TIIKERI JIUJITSU (5-8V) BEGINNERS & JATKAVAT <b>ROD MIRANDA</b> PÄÄSALI	17:00-18:00 LASTEN & NUORTEN TAEKWONDO (7-15V) YLEMMÄT VYÖT (KELTAINEN & YLEMMÄT VYÖASTEET) <b>TOMMI PETJOI</b> PÄÄSALI	18:30-19:45 AIKUISTEN BJJ BEGINNERS & PERUSTEET <b>MARKO SEPPÄLÄ</b> PÄÄSALI	12:30-14:00 JUNNU BJJ KISARYHMÄ (+6V) (SULJETTU KISARYHMÄTUNTI) <b>THOMAS MIKEL</b> PÄÄSALI
18:45-19:45 PERHE JIUJITSU (BJJ) BEGINNERS & JATKAVAT <b>ROD MIRANDA</b> PÄÄSALI	18:00-19:00 PERHE & AIKUISTEN TAEKWONDO ALKEET & KAIKKI VYÖASTEET <b>TOMMI PETJOI</b> PÄÄSALI	18:45-19:45 PERHE JIUJITSU (BJJ) BEGINNERS & JATKAVAT <b>ROD MIRANDA</b> PÄÄSALI	18:00-19:00 PERHE & AIKUISTEN TAEKWONDO KAIKKI VYÖASTEET <b>TOMMI PETJOI</b> PÄÄSALI		
19:45-21:00 AIKUISTEN BJJ JATKAVAT <b>ROD MIRANDA</b> PÄÄSALI	20:00-21:00 AIKUISTEN BJJ BEGINNERS & PERUSTEET <b>SAMI MASALA</b> PÄÄSALI	19:45-21:00 AIKUISTEN BJJ JATKAVAT <b>ROD MIRANDA</b> PÄÄSALI	19:00-20:15 AIKUISTEN BJJ TEKNIKKASPARRI (PERUSTEET) <b>SANNA HELVE-TUOMAINEN</b> PÄÄSALI		

AIKUISTEN KAMPPAILUTUNTI (+16V)

AIKUISTEN KUNTOILUTUNTI (+16V)

LASTEN & NUORTEN TUNTI (7-15V)

PERHE TUNTI (+7V LAPSI & AIKUINEN)

PIENTEN LASTEN TUNTI (3-8V)

KEHONHUOLTO