



# HIPKO JIUJITSU PERUSTEET

# MASALA

VIIKKO 2	
5.1.2026	7.1.2026
<b>OPPITUNTI 1</b>	<b>OPPITUNTI 2</b>
LIIKKUMINEN JA LOPETUKSET MOUNTISTA	PAKENEMISET MOUNTISTA

VIIKKO 3	
12.1.2026	14.1.2026
<b>OPPITUNTI 3</b>	<b>OPPITUNTI 4.1</b>
SWEEPIT SULJETUSTA GUARDISTA ALTA	GUARDIN AVAUKSET

VIIKKO 4	
19.1.2026	21.1.2026
<b>OPPITUNTI 4.2</b>	<b>OPPITUNTI 5</b>
GUARDIN OHITUKSET	LOPETUKSET SELÄSTÄ

VIIKKO 5	
26.1.2026	28.1.2026
<b>OPPITUNTI 6</b>	<b>OPPITUNTI 7</b>
PAKENEMISET SELÄSTÄ	BUTTERFLY GUARD

VIIKKO 6	
2.2.2026	4.2.2026
<b>OPPITUNTI 8</b>	<b>OPPITUNTI 9.1</b>
SIVUSIDONNASTA PAKENEMISET	LOPETUKSET SULJETUSTA GUARDISTA ◦ KURISTUS ◦ SUORA KÄSILUKKO

VIIKKO 7	
9.2.2026	11.2.2026
<b>OPPITUNTI 9.2</b>	<b>OPPITUNTI 10</b>
LOPETUKSET SULJETUSTA GUARDISTA ◦ KIMURA ◦ TRIANGELI	SIVUSIDONNASTA MOUNTIIN

VIIKKO 8	
16.2.2026	18.2.2026
<b>OPPITUNTI 11</b>	<b>OPPITUNTI 12</b>
BUTTERFLY GUARDIN OHITUS	HALF GUARDIN OHITUS

VIIKKO 9	
23.2.2026	25.2.2026
<b>OPPITUNTI 13.1</b>	<b>OPPITUNTI 13.2</b>
HALF GUARD ALTA ◦ PALAUTUS HALF GUARDISTA GUARDIIN	HALF GUARD ALTA ◦ HALF GUARDISTA SELKÄÄN ◦ TUULIMYLLY SWEEP

VIIKKO 10	
2.3.2026	4.3.2026
<b>OPPITUNTI 14.1</b>	<b>OPPITUNTI 14.2</b>
PYSTYTEKNIIKAT ◦ OSOTOGARI ◦ DOUBLE LEG	PYSTYTEKNIIKAT ◦ KÄSIVARSIHITTO (LONKKAHEITTO)

VIIKKO 11	
9.3.2026	11.3.2026
<b>OPPITUNTI 15</b>	<b>OPPITUNTI 16</b>
LOPETUKSET NORTH SOUTH SIDONNASTA	GUARDIIN VETO

VIIKKO 12	
16.3.2026	18.3.2026
<b>OPPITUNTI 17</b>	<b>OPPITUNTI 18</b>
NORTH SOUTH SIDONNASTA PAKENEMISET	NISKALENKISTÄ PAKENEMISET

VIIKKO 13	
23.3.2026	25.3.2026
<b>OPPITUNTI 19</b>	<b>OPPITUNTI 20</b>
YHDISTELMÄ-HYÖKKÄYKSET SULJETUSTA GUARDISTA	LOPETUKSET SIVUSIDONNASTA JA POLVI VATSALLAAN ASENNOSTA

VIIKKO 14	
30.3.2026	1.4.2026
<b>OPPITUNTI 1</b>	<b>OPPITUNTI 2</b>
LIIKKUMINEN JA LOPETUKSET MOUNTISTA	PAKENEMISET MOUNTISTA

VIIKKO 15	
6.4.2026	8.4.2026
<b>2. PÄÄSIÄISPÄIVÄ</b>	<b>OPPITUNTI 3</b>
(SALIT SULJETTU)	SWEEPIT SULJETUSTA GUARDISTA ALTA

VIIKKO 16	
13.4.2026	15.4.2026
<b>OPPITUNTI 4.1</b>	<b>OPPITUNTI 4.2</b>
GUARDIN AVAUKSET	GUARDIN OHITUKSET

VIIKKO 17	
20.4.2026	22.4.2026
<b>OPPITUNTI 5</b>	<b>OPPITUNTI 6</b>
LOPETUKSET SELÄSTÄ	PAKENEMISET SELÄSTÄ

VIIKKO 18	
27.4.2026	29.4.2026
<b>OPPITUNTI 7</b>	<b>OPPITUNTI 8</b>
BUTTERFLY GUARD	SIVUSIDONNASTA PAKENEMISET

VIIKKO 19	
4.5.2026	6.5.2026
<b>OPPITUNTI 9.1</b>	<b>OPPITUNTI 9.2</b>
LOPETUKSET SULJETUSTA GUARDISTA ◦ KURISTUS ◦ SUORA KÄSILUKKO	LOPETUKSET SULJETUSTA GUARDISTA ◦ KIMURA ◦ TRIANGELI

VIIKKO 20	
11.5.2026	13.5.2026
<b>OPPITUNTI 10</b>	<b>OPPITUNTI 11</b>
SIVUSIDONNASTA MOUNTIIN	BUTTERFLY GUARDIN OHITUS

VIIKKO 21	
18.5.2026	20.5.2026
<b>OPPITUNTI 12</b>	<b>OPPITUNTI 13.1</b>
HALF GUARDIN OHITUS	HALF GUARD ALTA ◦ PALAUTUS HALF GUARDISTA GUARDIIN

VIIKKO 22	
25.5.2026	27.5.2026
<b>OPPITUNTI 13.2</b>	<b>OPPITUNTI 14.1</b>
HALF GUARD ALTA ◦ HALF GUARDISTA SELKÄÄN ◦ TUULIMYLLY SWEEP	PYSTYTEKNIIKAT ◦ OSOTOGARI ◦ DOUBLE LEG

VIIKKO 23	
1.6.2026	3.6.2026
<b>OPPITUNTI 14.2</b>	<b>OPPITUNTI 15</b>
PYSTYTEKNIIKAT ◦ KÄSIVARSIHITTO (LONKKAHEITTO)	LOPETUKSET NORTH SOUTH SIDONNASTA

VIIKKO 24	
8.6.2026	10.6.2026
<b>OPPITUNTI 16</b>	<b>OPPITUNTI 17</b>
GUARDIIN VETO	NORTH SOUTH SIDONNASTA PAKENEMISET