

	Maanantai					Tiistai					Keskiviikko					Torstai					Perjantai			Lauantai							
	Alue 1	Alue 2	Alue 3	Alue 4		Alue 1	Alue 2	Alue 3	Alue 4		Alue 1	Alue 2	Alue 3	Alue 4		Alue 1	Alue 2	Alue 3	Alue 4		Alue 1	Alue 2		Alue 1	Alue 2						
12:00					12:00					12:00					12:00					12:00			12:00								
12:30					12:30					12:30					12:30					12:30			12:30								
13:00					13:00					13:00					13:00					13:00			13:00	Kilpapoomsaen vapaavuoro	Kilpaottelijoiden vapaavuoro						
13:30					13:30					13:30					13:30					13:30			13:30								
14:00					14:00					14:00					14:00					14:00			14:00								
14:30					14:30					14:30					14:30					14:30			14:30								
15:00 -15:30					15:00 -15:30					15:00 -15:30					15:00 -15:30					15:00 -15:30			15:00 -15:30								
15:30 -16:00					15:30 -16:00					15:30 -16:00					15:30 -16:00					15:30 -16:00			15:30 -16:00								
16:00 - 16:30					16:00 - 16:30					16:00 - 16:30					16:00 - 16:30					16:00 - 16:30			16:00 - 16:30								
16:30 -17:00					16:30 -17:00					16:30 -17:00					16:30 -17:00					16:30 -17:00			16:30 -17:00								
17:00 - 17:30	10-12 alkeet	10-12 jatko		Vapaa harjoittelu	17:00 - 17:30		Lasten kilpaottelu	Harrastajaottelu (lapset)	Vapaa harjoittelu	17:00 - 17:30	10-12 alkeet	10-12 jatko	Lasten kilpaottelu	Vapaa harjoittelu	17:00 - 17:30		Lasten kilpaottelu		Vapaa harjoittelu	17:00 - 17:30	Lasten yleistreeni 7-12	Vapaa harjoittelu	17:00 - 17:30								
17:30 -18:00					17:30 -18:00					17:30 -18:00					17:30 -18:00					17:30 -18:00			17:30 -18:00			17:30 -18:00	17:30 -18:00	17:30 -18:00	17:30 -18:00	17:30 -18:00	17:30 -18:00
18:00 - 18:30	7-9 alkeet	7-9 jatko	Harrastajapoomsae (aikuiset)	Alkeiskurssi	18:00 - 18:30	3-6 kaikki		Harrastajaottelu (aikuiset)	Kuntotaekwondo	18:00 - 18:30	7-9 alkeet	7-9 jatko		Alkeiskurssi	18:00 - 18:30	3-6 kaikki		Harrastajapoomsae (lapset)	Itsepuolustus	18:00 - 18:30	Aikuisten yleistreeni +13 v.		18:00 - 18:30								
18:30 -19:00					18:30 -19:00					18:30 -19:00					18:30 -19:00					18:30 -19:00			18:30 -19:00			18:30 -19:00	18:30 -19:00	18:30 -19:00	18:30 -19:00	18:30 -19:00	18:30 -19:00
19:00 - 19:30	Yli 13-vuotiaat ja aikuiset alkeet	Yli 13-vuotiaat ja aikuiset jatko	Kilpapoomsae	Kilpaottelu kadetit ja juniorit	19:00 - 19:30	Punamustat	Kilpaottelu kadetit ja juniorit			19:00 - 19:30	Yli 13-vuotiaat ja aikuiset alkeet	Yli 13-vuotiaat ja aikuiset jatko	Kilpaottelu kadetit ja juniorit	Kilpapoomsae	19:00 - 19:30		Kilpaottelu kadetit ja juniorit		Kilpapoomsae	Punamustat	19:00 - 19:30				19:00 - 19:30						
19:30 - 20:00					19:30 - 20:00					19:30 - 20:00					19:30 - 20:00	19:30 - 20:00					19:30 - 20:00		19:30 - 20:00	19:30 - 20:00	19:30 - 20:00	19:30 - 20:00	19:30 - 20:00	19:30 - 20:00	19:30 - 20:00	19:30 - 20:00	19:30 - 20:00
20:00 -20:30					20:00 -20:30						20:00 -20:30					Kilpaottelu aikuiset	20:00 -20:30						20:00 -20:30			20:00 -20:30			20:00 -20:30		
20:30 -21:00					Kilpaottelu aikuiset		20:30 -21:00				20:30 -21:00					Kilpaottelu aikuiset	20:30 -21:00						20:30 -21:00			20:30 -21:00			20:30 -21:00		
21:00 - 21:30							21:00 - 21:30				21:00 - 21:30							21:00 - 21:30						21:00 - 21:30			21:00 - 21:30			21:00 - 21:30	