

UPPDATERAT SCHEMA MARS-MAJ 2025

- Tema Dokan Ryu Ju Jutsu = OBS! Tematräning på graderingstekniker!

OBS! Glöm inte:

- Att Instruktören fyller i närvaron i både Appen & Närvarokorten!
- Nya medlemmar, skall ha en medlemsansökan!
- Onsdagar är vår städdag i dojon! Sista gruppen städar!

MARS			
DATUM	TID	INSTRUKTÖR	KOMMENTAR
Lör 1	Kl. 1230	<i>Open mat/Fri träning!</i> Träning efter överenskommelse!	Open mat! Dojon Bagaregården
Sön 2	Kl. 12 Barngrupp Avancerad	Clas Eriksson & Martin Ladfors	Judo & Ju Jutsu- 3 & 4 Mon. <i>Kast:</i> O uchi gari (3 Mon). <i>Ne waza:</i> Alla fasthållningar 3 Mon. <i>Randori:</i> Kast & Newaza.
	Barngrupp Nybörjare	Pablo Sorribes & Kristian Samuelsson	Ju Jutsu. <i>Kast:</i> De ashi barai, O goshi. <i>Jigo waza:</i> Stryptag och armstrykning. Jidokwan Taekwondo. <i>Sparkar:</i> 10 Gup.
Mån 3	Kl. 18	Robert Löfgren	Fighting & Sport Ju Jutsu. <i>Alla grupper!</i>
	Kl. 1930	Pavel Antonsson	Kodokan Judo - Graderingsträning
Ons 5	Kl. 18	Pavel Antonsson	Tema Dokan Ryu Ju Jutsu
	Nybörjare	Clas Eriksson	<i>Kihon:</i> Sparkar. Ude osae. <i>Jigo waza:</i> Härtag och grepp i kläder.
	Kl. 1930	<i>Extra Sparring Sport Ju Jutsu!</i>	<i>Open mat!</i>
Lör 8	Kl. 1230– 1430	Pavel Antonsson	<i>Nybörjarstart i Kobujutsu!</i> <i>Graderingsseminarium</i> <i>Kobujutsu & Kobudo</i> <i>Dojon Bagaregården</i>
Sön 9	Kl. 11	Pavel Antonsson	<i>Månadsseminarium III</i> <i>Toyama Ryu Iaijutsu</i> <i>& Kobujutsu- Dokan Dojo</i>
	Kl. 12 Barngrupp	Pavel Antonsson & Göte Tolvteus	<i>Barngrupp Sport Ju Jutsu</i>
	Kl. 1530	<i>Extrasparring Sport Ju Jutsu</i>	<i>Tävlingsgruppen</i> <i>"Dokan Dojo Team"</i>
Mån 10	Kl 18	Göte Tolvteus	Fighting & Sport Ju Jutsu. <i>Alla grupper!</i>
	Nybörjare	Pablo Sorribes	<i>Kihon:</i> Slag. <i>Kombination/kontring:</i> slag & spark. <i>Jigo waza:</i> Grepp i kläder
	Kl. 1930	Pavel Antonsson	Kodokan Judo - Graderingsträning
Ons 12	Kl. 18	Pavel Antonsson	Karate Jutsu. <i>Alla grupper!</i>
Lör 15- Sön 16		<i>"Unga Ledarprogrammet"- Grundutbildning för Tränare</i>	<i>Göteborg</i>
Lör 15	Kl. 1230	Vasileios "Billy Angelomenos!	<i>Karate Jutsu</i> <i>Dojon Bagaregården</i>

Sön 16	Kl. 11	Robert Löfgren	Fighting & Sport Ju Jutsu. Alla grupper!
	Kl. 12 Barngrupp Avancerad	Göte Tolvteus & Kristian Samuelsson	Ju Jutsu. Grundteknik: Kote gaeshi (3 Mon). Jigo waza: 3 Mon. Jidokwan Taekwondo. Poomse: Taegeuk Il Jang (8 Gup).
	Barngrupp Nybörjare	Clas Eriksson & Lars Mårdberg	Ju Jutsu. Kast: De ashi barai, O goshi. Jigo waza: Stryptag och armstrykning. Jidokwan Taekwondo. Sparkar: 12 Gup.
	Kl. 1530	Extrasparring Sport Ju Jutsu	Tävlingsgruppen "Dokan Dojo Team"
Mån 17	Kl. 18	Robert Löfgren	Fighting & Sport Ju Jutsu.
	Nybörjare	Martin Ladfors	Kihon: O soto otoshi. Jigo waza: Stryptag. Mitts/focus pads.
	Kl. 1930	Pavel Antonsson	Studiegrupp Ryukyu Kobujutsu
Ons 19	Kl. 18	Pavel Antonsson	Tema Dokan Ryu Ju Jutsu
	Nybörjare	Clas Eriksson	Kihon: Maegeri + mawashigeri. Rep. jigo waza.
Lör 22	Kl. 1230– 1430	Grundkurs i Dokan Självskydd- Introduktion & Modul 1 Pavel Antonsson, Göte Tolvteus & Lars Bremmers	Nybörjarintag Självskydd! Dojon Bagaregården
Sön 23	Kl. 11	Robert Löfgren	Knockdownpass
	Kl. 12 Alla Barngrupper!	Robert Löfgren & Göte Tolvteus	Jidokwan Taekwondo. Sparkar: 8–9 Gup. Sebon Kyorogi: 8 Gup Poomse: Taegeuk Il Jang (8 Gup). Pal-Gwe Il Jang (7 Gup)
	Kl. 1530	Extrasparring Sport Ju Jutsu	Tävlingsgruppen "Dokan Dojo Team"
Mån 24	Kl. 18	Pavel Antonsson	Kodokan Judo. Alla grupper!
	Kl. 1930	Pavel Antonsson	Graderingsrepetition Kodokan Judo
Ons 26	Kl. 18	Pavel Antonsson	Jidokwan Taekwondo. Alla grupper!
	Kl. 1930	Extra Sparring Sport Ju Jutsu!	Open mat!
Lör 29- Sön 30		"Unga Ledarprogrammet"- Grundutbildning för Tränare	Göteborg
Lör 29	Kl. 1230	Grundkurs i Dokan Självskydd- Modul 2 Pavel Antonsson, Göte Tolvteus & Lars Bremmers	Dojon Bagaregården
	Kl. 1330	Pavel Antonsson	Månadsseminarium Kobujutsu, Dojon Bagaregården

Sön 30	Kl. 1330	Pavel Antonsson & Lars Bremmers	Nyborjarstart i Toyama Ryu Iaijutsu! Månadsseminarium Toyama Ryu Iaijutsu
	Kl. 12 Barngrupp Avancerad	Pavel Antonsson & Martin Ladfors	Ju Jutsu- 3 & 4 Mon. Kihon: Gedan barai (3 Mon), Oitsuki (3 Mon). Ne waza: Alla fasthållningar 3 Mon. Randori: Kast & Newaza.
	Barngrupp Nyborjare	Clas Eriksson & Lars Mårdberg Elev: Inez Rehgren (uppvärmning)	Ju Jutsu. Fallteknik. Kast: Repetition 5 Mon. Newaza: Repetition 5 Mon.
Mån 31	Kl. 18	Pavel Antonsson	Kodokan Judo. Alla grupper!
	Kl. 1930	Pavel Antonsson	Kodokan Judo - Graderingsträning

APRIL

DATUM	TID	INSTRUKTÖR	KOMMENTAR
Ons 2	Kl. 18	Martin Ladfors	Fighting & Sport Ju Jutsu.
	Nyborjare	Clas Eriksson	Kihon: O soto otoshi. Jigo waza: Stryptag. Mitts/focus pads.
	Kl. 1930	Open mat! Fri graderingsträning!	Open mat!
Lör 5	Kl. 1230	Lars Bremmers & Vasileios "Billy Angelomenos	Toyama Ryu Iaijutsu Dojon Bagaregården
	Kl. 1330	Lars Bremmers & Vasileios "Billy Angelomenos	Okinawa Karate & Okinawaden Koyama Ryu Dojon Bagaregården
Sön 6	Kl. 11	Robert Löfgren	Fighting & Sport Ju Jutsu
	Kl. 12 Barngrupp Avancerad	Clas Eriksson & Lars Mårdberg	Ju Jutsu. Slag: Oitsuki (3 Mon). Kontring spark: 3 Mon. Newaza: 3 Mon.
	Barngrupp Nyborjare	Robert Löfgren & Kristian Samuelsson Elev: Eskil Mattsson (uppvärmning)	Graderingsrepetition
	Kl. 1530	Extrasparring Sport Ju Jutsu	Tävlingsgruppen "Dokan Dojo Team"
Mån 7	Kl. 18	Robert Löfgren	Fighting & Sport Ju Jutsu. Alla grupper!
Ons 9	Kl. 18-1930	Pavel Antonsson	Okinawa Karate & Okinawaden Koyama Ryu
	Kl. 1930-2030	Grundkurs i Dokan Självskydd- Modul 3 Pavel Antonsson, Göte Tolvteus & Lars Bremmers	Dokan Dojo (Honbu Dojo)
Lör 12	Kl. 1230	Grundkurs i Dokan Självskydd- Modul 3+4 Pavel Antonsson, Göte Tolvteus & Lars Bremmers	Dojon Bagaregården
	Kl. 1330	Pavel Antonsson	Månadsseminarium IV Toyama Ryu Iaijutsu & Kobujutsu, Dojon Bagaregården
Sön 13	Kl. 11	Pablo Sorribes	Fighting & Sport Ju Jutsu. Alla grupper!
	Kl. 12	Robert Löfgren & Pablo Sorribes	Barngrupp Sport Ju Jutsu
	Kl. 14-16	Seminarium i Kobujutsu & Aikijujutsu (Yawara) med Shihan Pavel Antonsson	Kungsbacka Ju Jutsuklubb
	Kl. 1530	Extrasparring Sport Ju Jutsu	Tävlingsgruppen "Dokan Dojo Team"

Mån 14	Kl. 18	Pavel Antonsson	Graderingsträning
	Nybörjare	Clas Eriksson	<i>Kihon:</i> Sparkar. Ude osae. <i>Jigo waza:</i> Hårtag och grepp i kläder.
Ons 16	Kl. 18	Robert Löfgren	Graderingsrepetition
	Nybörjare	Clas Eriksson	<i>Kihon:</i> O soto otoshi. Ne waza.
	Kl. 1930	Pavel Antonsson	Kodokan Judo - Graderingsträning
Sön 20		Påsklov – All Barnträning är inställd!	Påsklov
Mån 21	Kl. 16	Pavel Antonsson	Fighting & Sport Ju Jutsu. Alla grupper!
Ons 23	Kl. 18	Pavel Antonsson	Graderingsrepetition
	Nybörjare	Martin Ladfors	<i>Kihon:</i> Ude osae, maegeri. Ne waza. <i>Jigo waza:</i> Grepp i kläder
	Kl. 1930	Pavel Antonsson	Mini-seminarium Kano Ryu Jujutsu
Fre 25	Kl. 11	Svartbältesträning (Yudanshakai)	Dokan Dojo
Lör 26		Årsmöte SBKF	Stockholm
Lör 26	Kl. 09-15	Dokan Dojo Fight Camp	Dokan Dojo (Honbu Dojo)
Sön 27	Kl. 11	Pavel Antonsson	Studiegrupp Ryukyu Kobujutsu
	Kl. 12 Barngrupp Avancerad	Pavel Antonsson, Clas Eriksson & Martin Ladfors	Graderingsrepetition
	Barngrupp Nybörjare	Göte Tolvteus & Lars Mårdberg	Graderingsrepetition
Mån 28	Kl. 18	Robert Löfgren	Graderingsrepetition.
	Nybörjare	Pablo Sorribes	<i>Kihon:</i> Sparkar. Ude osae. <i>Jigo waza:</i> Hårtag och grepp i kläder.
Mån 28	Kl. 1930	Svartbältesprogram i US Taiho Jutsu & Instruktörsprogram Police Defence Tactics Modul 1-2	Dokan Dojo (Honbu Dojo)
Ons 30		Valborgsmässoafton!	Träningen inställd

MAJ			
DATUM	TID	INSTRUKTÖR	KOMMENTAR
Tors 1	Kl. 1100	Första Maj Träning!	Fighting & Sport Ju Jutsu. Alla grupper!
Lör 12	Kl. 1230	Grundkurs i Dokan Självskydd- Modul 5 Pavel Antonsson & Lars Bremmers	Dojon Bagaregården
Lör 3	Kl. 1330	Pavel Antonsson	<i>Graderingsrepetition Toyama Ryu Iaijutsu, Kobujutsu & Aikijujutsu, Dojon Bagaregården</i>
Sön 4	Kl. 08-16	Nippon Cup Sport Ju Jutsu/Ju Jutsu Fighting Coacher: Robert Löfgren, Göte Tolvteus & Pablo Sorribes	Höng, Danmark
Sön 4	Kl. 10-12	Pavel Antonsson	Graderingsrepetition Dangradering Kodokan Judo
	Kl. 12 Barngrupp Avancerad	Pavel Antonsson & Clas Eriksson	Graderingsrepetition
	Barngrupp Nybörjare	Martin Ladfors & Lars Mårdberg	Graderingsrepetition

Mån 5	Kl. 18-20	"Unga Ledarprogrammet"-Kurs	Göteborg
Mån 5	Kl. 18	Göte Tolvteus	Graderingsrepetition
	Nybörjare	Robert Löfgren	Graderingsrepetition
	Kl. 1930	Extra Sparring Sport Ju Jutsu!	Open mat!
Ons 7	Kl. 18	Pavel Antonsson	Knockdownpass!
	Kl. 1930	Katarepetition!	Open mat!
Tors 8	Kl. 1830-2030	"Unga Ledarprogrammet"- Nätverksträff	Göteborg
Lör 10	Kl. 0930-1500	Graderingsläger Kobujutsu & Kobudo	Dokan Dojo
Sön 11	Kl. 12	Robert Löfgren & Martin Ladfors	Graderingsrepetition
	Barngrupp Avancerad		
	Barngrupp Nybörjare	Göte Tolvteus & Kristian Samuelsson Elev: Inez Rehgren (uppvärmning)	Graderingsrepetition
Mån 12	Kl. 18	Pavel Antonsson	Graderingsrepetition. Alla grupper!
Mån 12	Kl. 1930	Årsmöte	Dokan Dojo (Honbu Dojo)
Ons 14	Kl. 18	Robert Löfgren	Graderingsrepetition. Alla grupper!
Lör 17	Kl. 1230	Grundkurs i Dokan Självskydd- Modul 6 Avslutning & Examination Pavel Antonsson, Göte Tolvteus & Lars Bremmers	Dojon Bagaregården
Lör 17	Kl. 1330	Pavel Antonsson	Graderingsrepetition Toyama Ryu Iaijutsu, Kobujutsu & Aikijujutsu, Dojon Bagaregården
	Kl. 14	Graderingar i Toyama Ryu Iaijutsu, Aikijujutsu & Kobujutsu	Dojon Bagaregården
Sön 18	Kl. 11	Pavel Antonsson & Clas Eriksson	Graderingsrepetition
	Kl. 12	Pavel Antonsson & Kristian Samuelsson	Graderingsrepetition
	Barngrupp Avancerad		
	Barngrupp Nybörjare	Clas Eriksson & Lars Mårdberg Elev: Eskil Mattsson (uppvärmning)	Graderingsrepetition
Mån 19	Kl. 18	Göte Tolvteus	Graderingsrepetition
	Nybörjare	Pablo Sorribes	Graderingsrepetition
Ons 21	Kl. 18	Pavel Antonsson	Graderingsrepetition
	Nybörjare	Clas Eriksson	Graderingsrepetition
	Kl. 19	Katarepetition & Graderingsrepetition Kodokan Judo!	Open mat!
Fre 23	Kl. 16	Dangradering Kodokan Judo	Dokan Dojo
Lör 24- Sön 25	Kl. 0930	Master Seminar med Shihan Caracena 7 Dan, Shihan Vona 8 Dan & Shihan Pavel Antonsson 8 Dan	Dokan Dojo (Honbu Dojo)
	Kl. 12 Barngrupp	Clas Eriksson, Martin Ladfors & Stefan Petrovic	Obligatorisk Provgradering för Alla Barngrupper!
Mån 26	Kl. 18	Pavel Antonsson	Graderingsrepetition
	Nybörjare	Göte Tolvteus	Graderingsrepetition
Ons 28	Kl. 18	Pavel Antonsson	Graderingsrepetition
	Nybörjare	Clas Eriksson	Graderingsrepetition
	Kl. 19	Katarepetition!	Open mat!
Tors 29	Kl. 11	Alternativ Graderingsdag! Preliminärt!	Dokan Dojo (Honbu Dojo)
Lör 31	Kl. 1230-1430	Svartbältesprogram US Taiho Jutsu Modul & Instruktörsprogram Police Defence Tactics Modul 3-4	Dojon Bagaregården

JUNI			
DATUM	TID	INSTRUKTÖR	KOMMENTAR
<i>Sön 1</i>	<i>Kl. 11</i>	<i>Gradering för Barngruppen!</i>	<i>Dokan Dojo</i>
	<i>Kl. 12</i>	<i>Gupgraderingar Jidokwan Taekwondo!</i>	<i>Dokan Dojo</i>
	<i>Kl. 1230</i>	<i>Kyugraderingar Dokan Ryu Ju Jutsu, Karate Jutsu, Kano Ryu Nihon Jujutsu, Aikijujutsu och Kodokan Judo! Certifiering Dokan Självskydd. Avslutning med Toyama Ryu Iaijutsu, Kobudo & Kobujutsu!</i>	<i>Dokan Dojo</i>
	<i>Kl. 14</i>	<i>DANGRADERINGAR</i>	<i>Dokan Dojo</i>