

INSTRUKTÖRSSCHEMA VÅREN 2024

- 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!

JANUARI			
DATUM	TID	INSTRUKTÖR	KOMMENTAR
Ons 3	Kl. 18	Pavel Antonsson	<i>Studiegrupp Ryukyu/Okinawa Kobujutsu</i>
<i>Sön 7</i>	<i>Kl. 11-16</i>	<i>Seminarium i Ryukyu/Okinawa Kobujutsu med Soke Leif Hermansson 10 Dan Okinawa Kobudo</i>	<i>Dokan Dojo</i>
Mån 8	Kl. 18	Göte Tolvteus	<i>Terminsstart vuxna & Kadettgrupp Ju Jutsu:</i> Tema Dokan Ryu Ju Jutsu
Ons 10	Kl. 18	Pavel Antonsson	<i>Knockdown-pass</i>
<i>Fre 12</i>	<i>Kl. 1330</i>	<i>Svartbältesträning med Dokan Ryu Norge</i>	<i>DokanDojo</i>
<i>Lör 13</i>	<i>Kl. 11</i>	<i>Gemensam Städdag-Dojo Osoji</i>	<i>Dokan Dojo</i>
<i>Sön 14</i>	<i>Kl. 11-13</i>	<i>KAGAMI BIRAKI</i>	<i>Dokan Dojo</i>
Sön 14	Kl. 11-13	Pavel Antonsson	<i>Månadsseminarium I Toyama Ryu Iaijutsu & Kobujutsu</i>
Mån 15	Kl. 18	Clas Eriksson	Tema Dokan Ryu Ju Jutsu.
	Nybörjare	Stefan Petrovic	<i>Nybörjarstart!</i> Introduktion. Fallteknik. <i>Kihon:</i> O soto otoshi + slag. <i>Jigo waza:</i> Armstrypning.
Ons 17	Kl. 18	Martin Ladfors	Fighting & Sport Ju Jutsu.
	Nybörjare	Göte Tolvteus	<i>Jigo waza:</i> Hårtag. <i>Kihon:</i> Juji gatame, ne waza.
Tors 18	Kl. 1230	Pavel Antonsson	<i>Kyokai/Study Group- Okinawa Te/Koyama Ryu, Dojon Bagaregården</i>
Sön 21	Kl. 11	Robert Löfgren	<i>Knockdown-pass</i>
	Kl. 12 Barngrupp Avancerad	Robert Löfgren	<i>Terminsstart Barngruppen! Ju Jutsu.</i> <i>Ukemi waza:</i> Inkl. Chugaeri (2 Mon) <i>Uke waza:</i> 3 Mon <i>Grundteknik:</i> Harai goshi (2 Mon) <i>Kastkombination:</i> 3-4 Mon Jidokwan Taekwondo. <i>Makki:</i> Alla 8 Gup. <i>Sparkar:</i> Pit Chagi (10 Gup)
	Barngrupp Nybörjare	Martin Ladfors & Stefan Petrovic	<i>Terminsstart Barngruppen! Ju Jutsu.</i> <i>Grundteknik:</i> O soto otoshi. <i>Jigo waza:</i> Armstrypning. Jidokwan Taekwondo. <i>Sparkar:</i> Ap Chagi, Pit Chagi.
Mån 22	Kl. 18	Clas Eriksson	Tema Dokan Ryu Ju Jutsu
	Nybörjare	Robert Löfgren	<i>Kihon:</i> O soto otoshi. Ne waza.

Ons 24	Kl. 18	Pavel Antonsson	<i>Knockdown-pass. Alla grupper!</i>
Sön 28	Kl. 11	Pavel Antonsson	Fighting & Sport Ju Jutsu. <i>Alla grupper!</i>
	Kl. 12 Barngrupp Avancerad	Pavel Antonsson	Jidokwan Taekwondo. <i>Stance:</i> Junbi Sogi. <i>Makki + Slag:</i> Are makki (gedan barai) + Bandae Jirugi (oi tsuki). <i>Poomse:</i> Taegeuk Il Jang (8 Gup)
	Barngrupp Nybörjare	Göte Tolvteus	Jidokwan Taekwondo. <i>Stance:</i> Junbi Sogi. <i>Sparkar:</i> 10 Gup. <i>Makki + Slag:</i> Are makki (gedan barai) + Slag (oi tsuki). <i>Poomse:</i> Kibon Il Jang
Mån 29	Kl. 18	Martin Ladfors	Tema Dokan Ryu Ju Jutsu.
	Nybörjare	Stefan Petrovic	<i>Kihon:</i> Maegeri + mawashigeri. Rep. <i>jigo waza.</i>
Ons 31		<i>Sista dag för materialbeställning & kläder!</i>	
Ons 31	Kl. 18	Pavel Antonsson	Kodokan Judo. <i>Alla grupper!</i>

FEBRUARI			
DATUM	TID	INSTRUKTÖR	KOMMENTAR
Lör 3	Kl. 1230	Pavel Antonsson	<i>Kyokai/Study Group- Okinawa Te/Koyama Ryu Dojon Landerigatan</i>
Sön 4	Kl. 11	Robert Löfgren	Knockdownpass
	Kl. 12 Barngrupp Avancerad	Robert Löfgren & Stefan Petrovic	Ju Jutsu. <i>Grundteknik:</i> Kote gaeshi (3 Mon), Tai otoshi (2 Mon). <i>Jigo waza:</i> 3-4 Mon. Jidokwan Taekwondo. <i>Poomse:</i> Taegeuk Il Jang (8 Gup)
	Barngrupp Nybörjare	Clas Eriksson & Martin Ladfors	Ju Jutsu. <i>Jigo waza:</i> 5 Mon. <i>Slag:</i> Oi tsuki. <i>Spark:</i> Mae keage, Mawashigeri.
Mån 5	Kl. 18	Göte Tolvteus	Jidokwan Taekwondo. <i>Alla grupper!</i>
Ons 7	Kl. 18	Clas Eriksson	Newazapass! <i>Alla grupper!</i>
Fre 9	Kl. 10	Pavel Antonsson	<i>Morgonpasset- Ryukyu Kobujutsu</i>
Fre 9	Kl. 11	<i>Svartbältesträning med Dokan Ryu Norge</i>	<i>DokanDojo</i>
Lör 10	Kl. 13-15	<i>Kangeiko-seminarium i Kenjutsu</i>	<i>Utohusdojon "Dungen"</i>
Sön 11	Kl. 11	Pavel Antonsson	<i>Månadsseminarium II Toyama Ryu Iaijutsu + Aikijutsu</i>
	Kl. 12	Pavel Antonsson	<i>Barngrupp Sport Ju Jutsu</i>
Mån 12	Kl. 1930	<i>Anmälan till JBBA's & Renjuku Academy</i>	<i>JBBA Study Group</i>
Mån 12	Kl. 18	Clas Eriksson	Tema Dokan Ryu Ju Jutsu.
	Nybörjare	Stefan Petrovic	<i>Kihon:</i> Slag. <i>Kombination/kontring:</i> slag & spark. <i>Jigo waza:</i> Grepp i kläder
Ons 14	Kl. 18	Pavel Antonsson	<i>Terminsstart Kadett & Vuxen Sport Taekwondo</i>
Lör 17	Kl. 1230	<i>Shodanprogrammet Aikijujutsu Modul 1</i>	<i>Dojon Landerigatan 9</i>
Sön 18	Kl. 12	<i>Sportlov! Träningen inställd!</i>	

Mån 19	Kl. 18	Göte Tolvteus	Fighting & Sport Ju Jutsu.
	Nyborjare	Martin Ladfors	Kihon: Sparkar. Ude osae. Jigo waza: Hårtag och grepp i kläder.
	Kl. 1930	Pavel Antonsson	Studiegrupp Ryukyu/Okinawa Kobujutsu
Ons 21	Kl. 18	Pavel Antonsson	Fighting & Sport Ju Jutsu. Alla grupper!
Fre 23	Kl. 10	Pavel Antonsson	Morgonpasset- Kobujutsu
Lör 24	Kl. 1230–1430	Barninstruktörskurs Steg 2 med Shihan Pavel Antonsson	Dojon Bagaregården
Sön 25	Kl. 11	Pablo Sorribes	Fighting & Sport Ju Jutsu. Alla grupper!
	Kl. 12 Barngrupp Avancerad	Pablo Sorribes & Martin Ladfors	Judo & Ju Jutsu. Kast: O uchi gari (3 Mon) & Harai goshi (2 Mon). Ne waza: Alla fasthållningar 3-4 Mon. Randori: Kast & Newaza.
	Barngrupp Nyborjare	Stefan Petrovic	Ju Jutsu. Kast: De ashi barai, O goshi. Jigo waza: Stryptag och armstrykning. Jidokwan Taekwondo. Sparkar: 12 Gup.
Mån 26	Kl. 18	Pavel Antonsson	Karate Ju Jutsu- Graderingsträning!
	Nyborjare	Robert Löfgren	Kihon: O soto otoshi. Jigo waza: Påkslag. Kontrollgrepp.
Ons 28	Kl. 18-21	Koshukai/Teknikseminarium Del 1 Dokan Ryu Ju Jutsu med Shihan Pavel Antonsson	Dokan Dojo (Honbu Dojo)

MARS

DATUM	TID	INSTRUKTÖR	KOMMENTAR
Fre 1	Kl. 10	Pavel Antonsson	Morgonpasset- Kobujutsu
Fre 1	Kl. 11	Svartbältesträning med Dokan Ryu Norge	DokanDojo
Sön 3	Kl. 10-13	Seminarium med Shihan Pavel Antonsson på Fenix Dojo	Helsingborg
Sön 3	Kl. 11	Fri träning/Open mat	Dokan Dojo
	Kl. 12	Göte Tolvteus & Stefan Petrovic	Barngrupp Sport Taekwondo - Alla grupper
Mån 4	Kl. 18	Pavel Antonsson	Fighting & Sport Ju Jutsu. Alla grupper!
	Kl. 1930	Extra Knockdown-sparring!	Open mat!
Ons 6	Kl. 18	Robert Löfgren	Tema Dokan Ryu Ju Jutsu
	Nyborjare	Stefan Petrovic	Kihon: Sparkar. Ude osae. Jigo waza: Hårtag och grepp i kläder.
	Kl. 1930	Pavel Antonsson	Studiegrupp Ryukyu/Okinawa Kobujutsu
Lör 9	Kl. 1230	Pavel Antonsson	Månadsseminarium/ Graderingsseminarium Kobujutsu & Kobudo, Dojon Bagaregården
Sön 10	Kl. 11	Pavel Antonsson	Kyokai/Study Group- Okinawa Te/Koyama Ryu

	Kl. 12 Barngrupp Avancerad	Pavel Antonsson & Clas Eriksson	Ju Jutsu. <i>Slag:</i> Oitsuki (3 Mon), Kizamitsuki (2 Mon), Gyakutsuki (2 Mon), Yoko uraken uchi (2 Mon). <i>Kontring:</i> 2 Mon. <i>Newaza:</i> 3–4 Mon.
	Barngrupp Nybörjare	Stefan Petrovic	Ju Jutsu. <i>Fallteknik.</i> <i>Kast:</i> Repetition 5 Mon. <i>Newaza:</i> Repetition 5 Mon.
Mån 11	Kl. 18	Robert Löfgren	Knockdownpass. <i>Alla grupper!</i>
Ons 13	Kl. 18	Pavel Antonsson	Kodokan Judo. <i>Alla grupper!</i>
	Kl. 1930	<i>Extra Knockdownsparring!</i>	<i>Open mat!</i>
Lör 16	Kl. 1230– 1400	<i>Metodikkurs/Grundkurs i Självskydd /No-Gi Självförsvar (Goshin Jutsu) Pavel Antonsson</i>	<i>Dojon Bagaregården, Landerigatan 9</i>
Sön 17	Kl. 11	Pablo Sorribes	Fighting & Sport Ju Jutsu. <i>Alla grupper!</i>
	Kl. 12 Barngrupp Avancerad	Martin Ladfors & Pablo Sorribes	<i>Barngrupp Sport Ju Jutsu</i>
	Barngrupp Nybörjare	Göte Tolvteus	Ju Jutsu. <i>Grundteknik:</i> De ashi barai, O goshi. <i>Jigo waza:</i> 5 Mon. <i>Sparkar:</i> Maegeri.
Mån 18	Kl. 18	Clas Eriksson	Tema Dokan Ryu Ju Jutsu
	Nybörjare	Stefan Petrovic	<i>Kihon:</i> O soto otoshi. <i>Jigo waza:</i> Stryptag. Mitts/focus pads.
	Kl. 1930	Pavel Antonsson	<i>Miniseminarium- Kano Ryu</i>
Ons 20	Kl. 18	Pavel Antonsson	Fighting & Sport Ju Jutsu. <i>Alla grupper!</i>
	Kl. 1930	<i>Extra Knockdownsparring!</i>	<i>Open mat!</i>
Fre 22	Kl. 10	Pavel Antonsson	<i>Morgonpasset- Toyama Ryu Iaijutsu</i>
Lör 23	Kl. 1230	Pavel Antonsson	<i>Månadsseminarium Kobujutsu, Dojon Bagaregården</i>
Sön 24	Kl. 11	Robert Löfgren	<i>Sport Taekwondo</i>
	Kl. 12 Alla Barngrupper!	Robert Löfgren & Göte Tolvteus	Jidokwan Taekwondo. <i>Stance:</i> Junbi Sogi. <i>Sparkar:</i> 8 Gup. <i>Makki:</i> 8 Gup <i>Sebon Kyorogi:</i> 8 Gup. <i>Poomse:</i> Taegeuk Il Jang (8 Gup)
Mån 25	Kl. 19-21	<i>Utbytesträning med Kungsbacka Ju-Jutsuklubb Pavel Antonsson</i>	<i>Kungsbacka Ju Jutsuklubb</i>
Ons 27	Kl. 18	Pavel Antonsson	Tema Dokan Ryu Ju Jutsu.
	Nybörjare	Clas Eriksson	<i>Kihon:</i> Ude osae, maegeri. Ne waza. <i>Jigo waza:</i> Grepp i kläder
	Kl. 1915	<i>Graderingsseminarium/ Svartbältesprogram i Karate Jutsu</i>	
Sön 31		<i>Påsklov! Träningen inställd!</i>	

APRIL

DATUM	TID	INSTRUKTÖR	KOMMENTAR
-------	-----	------------	-----------

Mån 1		Påsklov! Träningen inställd!	
Ons 3	Kl. 18	Martin Ladfors	Tema Dokan Ryu Ju Jutsu.
	Nybörjare	Stefan Petrovic	Kihon: O soto otoshi. Jigo waza: Stryptag. Mitts/focus pads.
	Kl. 1930	Pavel Antonsson	Studiegrupp Aikijujutsu
Sön 7	Kl. 11	Pavel Antonsson	Månadsseminarium III Toyama Ryu Iaijutsu & Kobujutsu, Dojon Bagaregården
	Kl. 12	Pablo Sorribes & Martin Ladfors	Barngrupp Sport Ju Jutsu
Mån 8	Kl. 18	Pavel Antonsson	Kodokan Judo. Alla grupper!
Ons 10	Kl. 18	Robert Löfgren	Knockdownpass
	Kl. 1915	Pavel Antonsson & Clas Eriksson	Kodokan Kata- Katame no Kata
Sön 14	Kl. 11	Pavel Antonsson	Karate Jutsu. Alla grupper!
	Kl. 12 Barngrupp Avancerad	Pavel Antonsson & Martin Ladfors	Graderingsrepetition.
	Barngrupp Nybörjare	Clas Eriksson & Stefan Petrovic	Graderingsrepetition.
Mån 15	Kl. 18	Göte Tolvteus	Graderingsrepetition
	Nybörjare	Robert Löfgren	Kihon: O soto otoshi. Ne waza.
	Kl. 1930	Pavel Antonsson	Studiegrupp Ryukyu/Okinawa Kobujutsu
Ons 17	Kl. 18	Pavel Antonsson	Graderingsrepetition
	Nybörjare	Clas Eriksson	Kihon: Ude osae, maegeri. Ne waza. Jigo waza: Grepp i kläder
	Kl. 1930	Extra Sparring Sport Ju Jutsu!	Open mat!
Tors 18	Kl. 18	Pavel Antonsson	Kyokai/Study Group- Okinawa Te/Koyama Ryu- Dojon Bagaregården
Lör 20	Kl. 1230	Svartbältesprogram i Kano Ryu Nihon Jujutsu	Dojon, Bagaregården
Sön 21	Kl. 11	Robert Löfgren	Knockdownpass
	Kl. 12 Barngrupp Avancerad	Robert Löfgren	Graderingsrepetition.
	Barngrupp Nybörjare	Göte Tolvteus & Stefan Petrovic	Graderingsrepetition.
Mån 22	Kl. 18	Pavel Antonsson	Graderingsrepetition
	Nybörjare	Göte Tolvteus	Graderingsrepetition
	Kl. 1930	Extra Knockdownsparring	
Ons 24	Kl. 18	Pavel Antonsson	Knockdownpass
Lör 27		Banzai Open i Knockdown	Göteborg
Lör 27	Kl. 10-16	Ohanami Camp i Koden Enso Ryu med Saiko Shihan Alf Roslund	Dokan Dojo (Honbu Dojo)
Sön 28	Kl. 11	Open mat! Fri träning!	Graderingsrepetition.
	Kl. 12 Barngrupp Avancerad	Göte Tolvteus	Graderingsrepetition.
	Barngrupp Nybörjare	Pablo Sorribes & Stefan Petrovic	Graderingsrepetition
Mån 29	Kl. 18	Clas Eriksson	Graderingsrepetition.
	Nybörjare	Robert Löfgren	Graderingsrepetition.

	Kl. 1930	Pavel Antonsson	<i>Studiegrupp Ryukyu/Okinawa Kobujutsu</i>
--	----------	-----------------	---

MAJ			
DATUM	TID	INSTRUKTÖR	KOMMENTAR
Ons 1		<i>Första Maj! Träningen inställd!</i>	
Lör 4-Sön 5		Pavel Antonsson	<i>Graderingsläger i Kobujutsu med gäster från Portugal</i>
	Kl. 12 Barngrupp Avancerad	Robert Löfgren	Graderingsrepetition.
	Barngrupp Nybörjare	Martin Ladfors	Graderingsrepetition
Mån 6	Kl. 18	Göte Tolvteus	Graderingsrepetition.
	Nybörjare	Stefan Petrovic	Graderingsrepetition.
Ons 8	Kl. 18	Pavel Antonsson	Graderingsrepetition
	Nybörjare	Robert Löfgren	Graderingsrepetition.
	Kl. 1915		<i>Kyokai/Study Group- Okinawa Te/Koyama Ryu</i>
Lör 11	Kl. 1930	<i>Årsmöte Dokan Dojo</i>	<i>Dokan Dojo?</i>
Sön 12	Kl. 11	Martin Ladfors	Graderingsrepetition
	Kl. 12 Barngrupp Avancerad	Pavel Antonsson & Robert Löfgren	Graderingsrepetition.
	Barngrupp Nybörjare	Martin Ladfors	Graderingsrepetition
Mån 13	Kl. 18	Pavel Antonsson	Graderingsrepetition
	Nybörjare	Göte Tolvteus	Graderingsrepetition
Ons 15	Kl. 18	Clas Eriksson	Graderingsrepetition
	Nybörjare	Martin Ladfors	Graderingsrepetition
Sön 19		<i>Pingstlov! Träningen inställd!</i>	
Mån 20	Kl. 18	Robert Löfgren	Graderingsrepetition
	Nybörjare	Stefan Petrovic	Graderingsrepetition
Mån 20	Kl. 1930	Pavel Antonsson	<i>Månadsseminarium IV Toyama Ryu Iaijutsu & Kobujutsu</i>
Ons 22	Kl. 18	Göte Tolvteus	Fighting & Sport Ju Jutsu. <i>Alla grupper!</i>
Fre 24-Sön 26		<i>1st European Congress Toyama Ryu Morinagaha</i>	<i>Beja, Portugal???</i>
Lör 25	Kl. 1230-14	<i>Svartbältesprogram Taiho Jutsu Modul 1-2</i>	<i>Dojon Bagaregården</i>
Sön 26	Kl. 11-13 Barngrupp	<i>Pavel Antonsson, Clas Eriksson, Nartin Ladfors & Stefan Petrovic</i>	<i>Obligatorisk Provgradering för Alla Barngrupper!</i>
Mån 27	Kl. 18	Robert Löfgren	Graderingsrepetition
	Nybörjare	Stefan Petrovic	Graderingsrepetition
	Kl. 1930	Pavel Antonsson	<i>Graderingsrepetition Kobujutsu</i>
Ons 29	Kl. 18	Pavel Antonsson	Graderingsrepetition
	Nybörjare	Clas Eriksson	Graderingsrepetition
	Kl. 1930	Pavel Antonsson	<i>Kyokai/Study Group- Okinawa Te/Koyama Ryu</i>

JUNI			
DATUM	TID	INSTRUKTÖR	KOMMENTAR

Lör 1	Kl. 10	Dokan Ryu Hyakunin Randori- "100-Manna Randori"	Dokan Dojo
<i>Sön 2</i>	<i>Kl. 10</i>	<i>Gradering för Barngruppen!</i>	<i>Dokan Dojo</i>
	<i>Kl. 11</i>	<i>Gupgradering Jidokwan Taekwondo</i>	
	<i>Kl. 12</i>	<i>Kyugraderingar Dokan Ryu Ju Jutsu, Karate Jutsu, Kano Ryu Nihon Jujutsu Aikijujutsu och Kodokan Judo. Avslutning Toyama Ryu, Kobudo & Kobujutsu.</i>	
	<i>Kl. 13</i>	<i>Dangradering/Certifiering Självskydd, Goshin Jutsu, Taiho Jutsu</i>	
	<i>Kl. 14</i>	<i>Dangradering Dokan Ryu Ju Jutsu/Sport Ju Jutsu & Karate Jutsu</i>	