

TOELICHTING WEEKPLANNING LU GIA JEN

Gebruiker	Discipline	Recreatief ?	Leeftijd	
-- ARK	Basisschool De Ark	n.v.t.	n.v.t.	
-- HAG	KV Die Haghe	n.v.t.	n.v.t.	
Ae Sr bp	Aerobics	Bodypump	Ja	Senioren
Ae Sr st	Aerobics	Steps	Ja	Senioren
Ai 13+	Aikido	Techniek	Ja	13 jaar en ouder
Ai Gra	Aikido	Graduatie	Ja	13 jaar en ouder
Ai Kids	Aikido	Techniek	Ja	5-15 jaar
Ai Mix	Aikido	Techniek	Ja	5 jaar en ouder
Ai Wap	Aikido	Wapentraining	Ja	Senioren
Ji 10-14	Jiu-jitsu	Techniek	Ja	10-14 jaar
Ji 14+	Jiu-jitsu	Techniek	Ja	14 jaar en ouder
Ji Sr	Jiu-jitsu	Techniek	Ja	Senioren
Jh-10-15	Judo	Haaglanden (wedstrijd)	Nee*	7-14 jaar
Jr RTC	Judo	RTC (wedstrijd)	Nee**	In overleg
Jt 10+	Judo	Techniek	Ja	10 jaar en ouder
Jt 11+	Judo	Techniek	Ja	11 jaar en ouder
Jt 4-5	Judo	Techniek	Ja	4-5 jaar
Jt 6-10	Judo	Techniek	Ja	6-10 jaar
Jt 6-7	Judo	Techniek	Ja	6-7 jaar
Jt 8+	Judo	Techniek	Ja	8 jaar en ouder
Jt 8-9	Judo	Techniek	Ja	8-9 jaar
Jt Sr	Judo	Techniek	Ja	Senioren
Jw 12-18	Judo	Wedstrijd	Nee*	12-18 jaar
Jw-10-12	Judo	Wedstrijd	Nee*	7-11 jaar
Ka 10-13	Karate	Techniek	Ja	10-13 jaar
Ka 6-9	Karate	Techniek	Ja	6-9 jaar
Ka Sr	Karate	Techniek	Ja	Senioren
Ko 16+	Kobujutsu	Techniek	Ja	16 jaar en ouder
Pe Jr&Sr	Pencak Silat	Techniek	Ja	16 jaar en ouder
Vo Sr	Herentrim	Wedstrijd	Ja	Senioren

Groepsindelingen worden bepaald door de leraren

*Wedstrijd- en Haaglanden judotrainingen zijn op uitnodiging leraren

**Regionaal Training Centrum judotrainingen zijn niet vrij toegankelijk voor recreanten