

Tränareschema 2026 (OBS! Nybörjare startar 19/1)

Vecka		Måndag 18-20 Barn 8-12år Nybörjare-7 kyu	Tisdag 18-20.00 Barn 8-12 år 7kyu- "Vuxen"; (≥ 13 år)	Onsdag 18-20 Barn 8-12 år Nybörjare-7 kyu	Torsdag 18.00-20.30 Barn 8-12 år 7kyu- "Vuxen"; (≥ 13 år)	Fredag	Lördag	Söndag 16.15-19.30		
								"Vuxen"≥ 13 år		Knatte
								17.00-19.30		16.15-17.00
2	05-jan		06-jan Helg	07-jan Nobu	08-jan Ingmar	09-jan	10-jan	11-jan	Ludde	
3	12-jan	Fredrik	13-jan Ingmar	14-jan Isabelle/Amalia	15-jan Ingmar	16-jan	17-jan	18-jan	Per-Anders	
4	19-jan	Per/Peter*	20-jan Ingmar	21-jan Nobu/Per*	22-jan Ingmar	23-jan	24-jan	25-jan	Taher	
5	26-jan	Per/Peter*	27-jan Ingmar	28-jan Peter/Per*	29-jan Ingmar	30-jan	31-jan	Läger Carlshamn	01-feb	Anna/Mathilda
6	02-feb	Martin M	03-feb Ingmar	04-feb Nobu	05-feb Ingmar	06-feb	07-feb	08-feb	Majed	Ludde/Nobu
7	09-feb	Fredrik	10-feb Ingmar	11-feb Isabelle/Amalia	12-feb Ingmar	13-feb	14-feb	15-feb	Ludde	Anna/Mathilda
8	16-feb	Per	17-feb Ingmar	18-feb Martin N	19-feb Ingmar	20-feb	21-feb	22-feb	Per-Anders	Moltas/Mathilda
9	23-feb	Fredrik	24-feb Ingmar	25-feb Peter	26-feb Ingmar	27-feb	28-feb	01-mar	Taher	Anna/Mathilda
10	02-mar	Martin M	03-mar Ingmar	04-mar Martin N	05-mar Ingmar	06-mar	07-mar	08-mar	Ludde	Moltas/Isabelle
11	09-mar	Per	10-mar Ingmar	11-mar Isabelle/Amalia	12-mar Ingmar	13-mar	14-mar	15-mar	Per-Anders	Anna/Mathilda
12	16-mar	Martin M	17-mar Ingmar	18-mar Martin N	19-mar Ingmar	20-mar	21-mar	22-mar	Taher	Ludde/Nobu
13	23-mar	Per	24-mar Ingmar	25-mar Peter	26-mar Ingmar	27-mar	28-mar	JKA RM	29-mar	Anna/Mathilda
14	30-mar	Martin M	31-mar Ingmar	01-apr Nobu	02-apr Ingmar	03-apr	04-apr	05-apr Helg	06-apr Helg	Moltas/Isabelle
15	06-apr	Helg	07-apr Ingmar	08-apr Isabelle/Amalia	09-apr Ingmar	10-apr	11-apr	12-apr	Per-Anders	Anna/Mathilda
16	13-apr	Peter	14-apr Ingmar	15-apr Martin N	16-apr Ingmar	17-apr	18-apr	19-apr	Majed	Ludde/Nobu
17	20-apr	Per	21-apr Ingmar	22-apr Peter	23-apr Ingmar	24-apr	25-apr	26-apr	Ludde	Anna/Mathilda
18	27-apr	Martin M	28-apr Ingmar	29-apr Nobu	30-apr Helg	01-maj	02-maj	03-maj	Per-Anders	Moltas/Isabelle
19	04-maj	Fredrik	05-maj Ingmar	06-maj Isabelle/Amalia	07-maj Ingmar	08-maj	09-maj	10-maj	Taher	Gradering
20	11-maj	Per	12-maj Ingmar	13-maj Martin N	14-maj Helg	15-maj	16-maj	17-maj	Ludde	
21	18-maj	Per	19-maj Ingmar	20-maj Gradering	21-maj Gradering	22-maj	23-maj	24-maj		
22	25-maj		26-maj		28-maj	29-maj	30-maj	31-maj		

1. Ansvarig tränare ska ska i god tid fixa ersättare vid förhinder.

2. Om inte detta går så ska ansvarig tränare se till att det finns information uppsatt på ytterdörren om att träningen är inställd.

Tränare		Email	Telefonnummer
Andersson, Fredrik	Barn	fredrik@unikapplevelser.se	070 517 1430
Bsesio, Taher	Vuxna	taher.bseiso00@gmail.com	072 042 1845
Heierson, Mathilda	Tävling o Knatte	mathilda.heierson@gmail.com	072 966 9849
Karlsson, Per	Vuxna/Barn (*)	pellekaa@gmail.com	076 310 6190
Larsson, Ludwig	Vuxna	ludwig.larsson@protonmail.com	079 310 0411
Larsson, Miki	Barn	miki.tomita@protonmail.com	079 310 0411
Larsson, Nobu	Barn	nobudlarsson@protonmail.com	079 307 3781
Mattsson, Martin	Barn	jm.mattsson@gmail.com	073 427 4424
Lind, Ingmar	Vuxna (**)	lindsensei@gmail.com	073 501 9481
Nilsson, Martin	Barn	martinnilsson6379@gmail.com	076 183 5836
Shaheen, Majed	Barn	majedshaheen72@gmail.com	072 446 8298
Söbakken, Amalia	Barn	amastuti74@hotmail.com	070 417 8381
Söbakken, Isabelle	Barn	isabelle.sobakken@utb.karlshamn.se	076 611 9413
Willander, Peter	Barn	widowmaker_666_999@hotmail.com	073 385 7443

*) Huvudtränare för barnen

**) Huvudtränare

**) Per stöttar i nybörjaregruppen

Grupp	Tid
Barn 0 och Vuxen 0 (måndag)	18.00 - 19.00
Barn 1,2 (måndag, onsdag)	19.00 - 20.00
Tävlingsträning för graderade	?
Knatte (5-7 år)	16.15-17.00
Vuxen/barn 9-6 kyu (tisdag, to)	18.00 - 19.00
Vuxen/barn 5 kyu - (tisdag)	19.00 - 20.00
Vuxen/Barn 5 kyu - (torsdag)	19.00 - 20.00
Vuxen 3 kyu- (torsdag)	20.00 - 20.30
Vuxna alla fight(söndag)	17:00 - 18:30
Vuxen nybörjare (söndag)	18:30 - 19:30