

Tränarschema 2026

1: Nybörjare startar 17/8

2: 2:a tisdagen i månaden är det gemensam träning för alla graderade 18-19.30

Vecka		Måndag 18-20	Tisdag 18-20.00		Onsdag 18-20		Torsdag 18.00-20.30		Fredag		Lördag		Söndag 16.15-19.30		
		Barn 8-12år	Barn 8-12 år 7kyu-		Barn 8-12 år		Barn 8-12 år 7kyu-						"Vuxen"≥ 13 år	Knatte	
		Nybörjare-7 kyu	"Vuxen"; (≥ 13 år)		Nybörjare-7 kyu		"Vuxen"; (≥ 13 år)						17.00-19.30	16.15-17.00	
32	03-aug	Nobu	04-aug	Ingmar	05-aug	Peter	06-aug	Ingmar	07-aug		08-aug		09-aug	Per-Anders	
33	10-aug	Per	11-aug	Ingmar	12-aug	Isabelle/Amalia	13-aug	Ingmar	14-aug		15-aug		16-aug	Taher	Mathilda, Anna
34	17-aug	Martin N/Martin M	18-aug	Ingmar	19-aug	Martin M/Peter	20-aug	Ingmar	21-aug		22-aug		23-aug	Ludde	Ludde, Nobu
35	24-aug	Martin N/Martin M	25-aug	Ingmar	26-aug	Peter/Fredrik	27-aug	Ingmar	28-aug		29-aug		30-aug	Per-Anders	Mathilda, Anna
36	31-aug	Nobu	01-sep	Ingmar	02-sep	Isabelle/Amalia	03-sep	Ingmar	04-sep		05-sep	Shobu Ippon SM	06-sep	Taher	Isabelle, Moltas
37	07-sep	Fredrik	08-sep	Ingmar	09-sep	Martin M	10-sep	Ingmar	11-sep		12-sep		13-sep	Per	Mathilda, Anna
38	14-sep	Martin N	15-sep	Ingmar	16-sep	Peter	17-sep	Ingmar	18-sep		19-sep		20-sep	Ludde	Ludde, Nobu
39	21-sep	Nobu	22-sep	Ingmar	23-sep	Isabelle/Amalia	24-sep	Ingmar	25-sep		26-sep		27-sep	Per-Anders	Mathilda, Anna
40	28-sep	Fredrik	29-sep	Ingmar	30-sep	Martin M	01-okt	Ingmar	02-okt		03-okt		04-okt	Taher	Isabelle, Moltas
41	05-okt	Martin N	06-okt	Ingmar	07-okt	Peter	08-okt	Ingmar	09-okt		10-okt		11-okt	Per	Mathilda, Anna
42	12-okt	Nobu	13-okt	Ingmar	14-okt	Isabelle/Amalia	15-okt	Ingmar	16-okt		17-okt		18-okt	Ludde	Ludde, Nobu
43	19-okt	Fredrik	20-okt	Ingmar	21-okt	Martin M	22-okt	Ingmar	23-okt		24-okt		25-okt	Taher	Mathilda, Anna
44	26-okt	Martin N	27-okt	Ingmar	28-okt	Peter	29-okt	Ingmar	30-okt		31-okt		01-nov	Ludde	Isabelle, Moltas
45	02-nov	Nobu	03-nov	Ingmar	04-nov	Isabelle/Amalia	05-nov	Ingmar	06-nov		07-nov		08-nov	Majed	Mathilda, Anna
46	09-nov	Fredrik	10-nov	Ingmar	11-nov	Martin M	12-nov	Ingmar	13-nov		14-nov		15-nov	Ludde	Ludde, Nobu
47	16-nov	Martin N	17-nov	Ingmar	18-nov	Peter	19-nov	Ingmar	20-nov		21-nov	JKA Cup Lund	22-nov	Per-Anders	Mathilda, Anna
48	23-nov	Nobu	24-nov	Ingmar	25-nov	Isabelle/Amalia	26-nov	Ingmar	27-nov		28-nov		29-nov	Taher	Isabelle, Moltas
49	30-nov	Fredrik	01-dec	Ingmar	02-dec	Martin M	03-dec	Ingmar	04-dec		05-dec		06-dec	Ludde	Mathilda, Anna
50	07-dec	Martin N	08-dec	Ingmar	09-dec	Peter	10-dec	Ingmar	11-dec		12-dec		13-dec	Per-Anders	Mathilda, Anna
51	14-dec	Per	15-dec	Ingmar	16-dec	Gradering	17-dec	Gradering	18-dec		19-dec		20-dec		
52	21-dec		22-dec				24-dec		25-dec		26-dec		27-dec		

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@unikaupplevelser.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 (*)	im.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	majdshaheen72@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

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)	?
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