



(versie januari 2012).

<b>Jeugdsporten</b>						
	<b>Zaal</b>	<b>Maandag</b>	<b>Dinsdag</b>	<b>Woensdag</b>	<b>Donderdag</b>	<b>Vrijdag</b>
<b>BodyDance</b>	Aerobiczaal					16.30- 17.25 6-10 jaar
<b>Sport Mix</b>	Circuitzaal Spinningzaal Dojo Aerobiczaal			15.30 - 16.25 <b>8-13 jaar</b>		

<b>Budosporten Heerde</b>						
	<b>Zaal</b>	<b>Maandag</b>	<b>Dinsdag</b>	<b>Woensdag</b>	<b>Donderdag</b>	<b>Vrijdag</b>
<b>Judo</b>	Dojo	16.00- 16.55 <b>6-7 jaar</b> 17.00- 17.55 <b>8-11 jaar</b> 18.00 - 18.55 <b>11-16 jaar</b>			16.00- 16.55 <b>4-7 jaar</b>	
<b>Wedstrijdselectie jeugd Judo</b>	Dojo		16.30- 17.55 <b>9-15 jaar</b>			19.30- 20.30 <b>12 jaar e.o.</b>
<b>Techniek / Recreatie Senioren(Judo)</b>	Dojo		20.00 - 20.55 <b>12 jaar e.o</b>			
<b>Wedstrijd training Senioren Judo</b>	Dojo	20.00- 22.00 <b>13 jaar e.o.</b>	19.00- 20.00 <b>Techniek</b>		19.30- 21.30 <b>13 jaar e.o</b>	19.30- 20.30 <b>13 jaar e.o</b>
<b>Karate</b>	Dojo				16.30- 17.30 <b>6-12 jaar</b> 17.30- 18.30 <b>12-16 jaar</b> 18.30- 19.30 <b>16 jaar e.o.</b>	

<b>Judo Buitenplaatsen</b>	
<b>Judo lessen te Hattem, Sportscenter Bijsterbosch Apeldoornseweg 1b</b>	
Leraar / Leraren : <a href="#">Jaimy Bennett</a> of <a href="#">Mark Ester</a> .	
<b>Dinsdag</b>	16.00 - 16.55 <b>5 t/m 7 jaar</b> 17.00 - 17.55 <b>7 t/m 11 jaar</b>
<b>Vrijdag</b>	16.00 - 17.00 <b>5 t/m 7 jaar</b> 17.00-18.00 <b>8 t/m 11 jaar</b> 18.00-19.00 12 jaar en ouder

<b>Judolessen te Epe - Zaal "de Klimtuin"(Klimtuin 46)</b>	
Leraar: Marc Haagsma	
<b>Donderdag</b>	15.30 -16.20 <b>5 t/m 7 jaar</b> 16.20-17.10 <b>8 t/m 11 jaar</b> 17.10-18.00 <b>12 jaar e.o.</b>

<b>Judolessen te Wezep - Zaal "Kerkweg"(Kerkweg 46)</b>	
Judoleraar: Berry Bouman	
<b>Donderdag</b>	15.30-16.25 uur <b>5 t/m 8 jaar</b> 16.30-17.25 <b>5 t/m 8 jaar</b> 17.30-18.25 <b>9 t/m 12 jaar</b>