

**Programma zaterdag 29-03-2014**  
(ouder dan 12 jaar en jeugd vanaf blauwe gordel)

VOORMIDDAG

<b>0<sup>de</sup> Kyu - 6<sup>de</sup> Kyu</b>
10.30u - 11.30u (training 1) <b>HEIAN 2</b>
11.30u - 12.30u (training 2) <b>HEIAN 3</b>

<b>5<sup>de</sup> Kyu - 2<sup>de</sup> Kyu</b>
10.30u - 11.30u (training 1) <b>JION</b>
11.30u - 12.30u (training 2) <b>HEIAN 5</b>

<b>1<sup>ste</sup> Kyu - DAN</b>
10.30u - 11.30u (training 1) <b>H2 - KANKU SHO</b>
11.30u - 12.30u (training 2) <b>H4 - MEIKYO</b>

NAMIDDAG

<b>0<sup>de</sup> Kyu - 6<sup>de</sup> Kyu</b>
13.30u - 14.30u (training 3) <b>TEKKI 1</b>
14.30u - 15.30u (training 4) <b>HEIAN 1</b>

<b>5<sup>de</sup> Kyu - 2<sup>de</sup> Kyu</b>
13.30u - 14.30u (training 3) <b>KANKU - DAI</b>
14.30u - 15.30u (training 4) <b>TEKKI 1</b>

<b>1<sup>ste</sup> Kyu - DAN</b>
13.30u - 14.30u (training 3) <b>H3 - HANGETSU</b>
14.30u - 15.30u (training 4) <b>H1 - GOJU SHIHO DAI</b>

**Programma zondag 30-03-2014**  
(ouder dan 12 jaar en jeugd vanaf blauwe gordel)

VOORMIDDAG

<b>0<sup>de</sup> Kyu - 6<sup>de</sup> Kyu</b>
10.30u - 11.30u (training 5) <b>TEKKI 1</b>
11.30u - 12.30u (training 6) <b>HEIAN 5</b>

<b>5<sup>de</sup> Kyu - 2<sup>de</sup> Kyu</b>
10.30u - 11.30u (training 5) <b>BASSAI - DAI</b>
11.30u - 12.30u (training 6) <b>TEKKI 2</b>

<b>1<sup>ste</sup> Kyu - DAN</b>
10.30u - 11.30u (training 5) <b>H5 - SOCHIN</b>
11.30u - 12.30u (training 6) <b>T1 - UNSU</b>

NAMIDDAG

<b>0<sup>de</sup> Kyu - 6<sup>de</sup> Kyu</b>
13.30u - 14.30u (training 7) <b>HEIAN 4</b>
14.30u - 15.30u (training 8) <b>HERHALING ALLE KATA' S VAN HET WEEKEND</b>

<b>5<sup>de</sup> Kyu - 2<sup>de</sup> Kyu</b>
13.30u - 14.30u (training 7) <b>EMPI</b>
14.30u - 15.30u (training 8) <b>HERHALING ALLE KATA' S VAN HET WEEKEND</b>

<b>1<sup>ste</sup> Kyu - DAN</b>
13.30u - 14.30u (training 7) <b>GANKAKU</b>
14.30u - 15.30u (training 8) <b>HERHALING ALLE KATA' S VAN HET WEEKEND</b>

# JEUGDTRAININGEN (vanaf 7 jaar en jonger dan 12 jaar)

## o.l.v. Leden Nationale selectie

### Programma zaterdag 29-03-2014 ( 7 jaar < 12 jaar )

<b>0<sup>de</sup> Kyu – 8<sup>ste</sup> Kyu</b>	<u>VOORMIDDAG</u>	<b>7<sup>de</sup> Kyu – 6<sup>de</sup> Kyu</b>
10.30u – 12.00u <b>HEIAN 1 HEIAN 2</b>		10.30u – 12.00u <b>HEIAN 5</b>
<b>0<sup>de</sup> Kyu – 8<sup>ste</sup> Kyu</b>	<u>NAMIDDAG</u>	<b>7<sup>de</sup> Kyu – 6<sup>de</sup> Kyu</b>
13.30u – 15.00u <b>HEIAN 3</b>		13.30u – 15.00u <b>BASSAI-DAI</b>

### Programma zondag 30-03-2014 ( 7 jaar < 12 jaar )

<b>0<sup>de</sup> Kyu – 8<sup>ste</sup> Kyu</b>	<u>VOORMIDDAG</u>	<b>7<sup>de</sup> Kyu – 6<sup>de</sup> Kyu</b>
10.30u – 12.00u <b>HEIAN 4</b>		10.30u – 12.00u <b>TEKKI 1</b>
<b>0<sup>de</sup> Kyu – 8<sup>ste</sup> Kyu</b>	<u>NAMIDDAG</u>	<b>7<sup>de</sup> Kyu – 6<sup>de</sup> Kyu</b>
13.30u – 15.00u <b>HEIAN 5</b>		13.30u – 15.00u <b>EMPI</b>