

TIMEPLAN

Mandager

kl 17.30 til 18.30 Hvit og Gulstripe.

18.00 til 19.45 Gult til Brunt

Onsdager

kl. 17.30 til 18.30 Hvit og Gulstripe

18.30 til 19.45 Gult til Brunt

Torsdager

Kl 19.45-18 Fra Oransje.

Kata og Kumite.