

## November 2012

<b>WEEK 43 -- 29/10 t/m 04/11</b>		
MA 29	Worpen	Matthias
DO 01	<b>Geen training (allerheiligen)</b>	

<b>WEEK 44-- 05/11 t/m 11/11</b>		
MA 05	T-Shirt (hoofdzakelijk wit of club)	Matthias
DO 08	Zijwaarste aanvallen	Rudi

<b>WEEK 45 -- 12/11 t/m 18/11</b>		
MA 12	Bevrijdingen	Matthias
MA 12	Kadertraining Tomonokai (19u30 - 21u00)	Bazel
WO 14	Ju-jitsu en recht 1 (inschrijvingen!)	Aartselaar
DO 15	Opleidingen	Rudi
ZO 18	<b>Multistijlenstage VJF - AANRADER! (inschrijvingen)</b>	

<b>WEEK 46 -- 19/11 t/m 25/11</b>		
MA 19	Karate	Rudi
DO 22	Osae-waza	Matthias

<b>WEEK 47-- 26/11 t/m 02/12</b>		
MA 26	Programmatraining	Matthias
MA 26	<b>Examen</b>	<b>Alle</b>
DO 29	Klemmen	Rudi

