

**U18 VUOSISUUNNITELMA**

		Tammikuu		Helmi		Maalis		Huhtiku		Toukoku		Kesä		Heinä		Elo		Syys		Lokaku		Marrasku		Jouluku																																		
<b>EDUSTAJAJOUKKE</b>																																																										
Vko		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52					
Kust.arv					200				200			500							800			19			20				200							0														200								
<b>VALMENNUKSEYHDMÄÄ</b>																																																										
Vko		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52					
Kust.arv					200				200			500							800			375							200																													

Peruskuntokausi 1 - Yleisharjoittelujako  
 Peruskuntokausi 2 - Laiharjoittelujako  
 Kilpailun valmistava kausi - Tehoharjoittelujako  
 Kilpailukausi

**Huomioita:**  
 Tapahtuman alla kustannusarvio.  
 Keltaisella vahvistamattomat tapahtumat.  
 Edustusjoukkue arvokilpailuihin valitaan Tsekin, Romanian ja Portugalin Eju cup kilpailun jälkeen, jotka ovat avoimia poikkeuksellisesti kaikille edustusvalmennusryhmäläisille.  
 Ensimmäiset näyttökilpailut arvokilpailuihin ovat Eju cup't.  
 Em-kilpailuihin valittu joukkue saa Judoiliton tukea kesäkuun Porecin leirin kustannuksiin.  
 Mahdollinen joukkue Mm-kilpailuihin valitaan EYOF jälkeen.

Yläkoululeirit Pajulahti kevät 2022:  
 7.-11.2.2022  
 4.-8.4.2022

Kaikkille avoin Yläkoululeiri syksyllä 2022 Rovaniemellä Samuraj Cupin yhteydessä

200

200

200

200