

**U18 VUOSISUUNNITELMA**

	Tammikuu	Helikuu	Maaliskuu	Huhtikuu	Toukokuu	Kesäkuu	Heinäkuu	Elokuu	Syyskuu	Lokakuu	Marraskuu	Joulukuu
<b>EDUSTUSJOUKKUE</b>												
Vio	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Kust.av			200						200			
<b>VALMENNUSRYHMÄ</b>												
Vio	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Kust.av			200						200			

- Peruskuntokausi 1 - Yleisharjoittelujakso
- Peruskuntokausi 2 - Lajiharjoittelujakso
- Kilpailun valmistava kausi - Tehoharjoittelujakso
- Kilpailukausi

**Huomioita:**  
 Tapahtuman alla kustannusarvio.  
 Edustusjoukkue arvokilpailuihin valitaan Tsekin, Romanian ja Portugalin Eju cup kilpailun jälkeen, jotka ovat avoimia poikkeuksellisesti kaikille edustusvalmennusryhmissä.  
 Ensimmäiset näyttökilpailut arvokilpailuihin ovat Eju cup:t.  
 Em-kilpailuihin valittu joukkue saa Judoliiton tukea kesäkuun Porecin leirin kustannuksiin.  
 Mahdollinen joukkue Mm-kilpailuihin valitaan EYOF jälkeen.

Yläkoululeirit Pajulahti syksy 2022:  
 05. - 09.9.2022  
 16. - 19.10.2022 Kaikille avoin Yläkoululeiri syksyllä 2022 Rovaniemellä Samuraj Cupin yhteydessä  
 5. - 9.12.2022

Yhteisharjoitukset/tehostamispäivät syksy 2022:  
 20.8. Urhea  
 23.8. Huom. sunnuntaina Samuraj Cup 3 jälkeen Vantaan Rajatorpan väestön suoja  
 10.9. Urhea  
 17.9. Lahti, Lahden Kamppailuareena  
 24.9. Etelä-Suomen alueleiri, Järvenpää  
 22.10. Urhea  
 29.10. Urhea  
 26.11. Urhea  
 10.12. Urhea  
 17.12. Urhea

7935

4656