

HARJOITUSAJAT KEVÄT 2010

8.3.2010 alkaen

COMBAT ACADEMY OF FINLAND

Sörnäinen (Vilhonvuorenkatu 11 C)

	ALASALI	YLÄSALI
MA	17.00-18.00 KM 3-6 18.00-19.00 KM 1-2 19.00-20.00 BJJ 20.00-21.15 KM PK	17.00-18.00 TB/KB/LT VÄLINE 18.00-19.00 KB TEKNIikka 1-2 19.00-20.00 KB PK 20.00-21.15 BJJ PK
TI	9.00-10.15 10.15-11.30 KM 1-6 17.00-18.00 LT PK 18.00-19.00 KM 1-2 19.00-20.00 VAPAAOTTELU 20.00-21.15 VAPAAOTTELU PK	17.00-18.00 KUNTOPIIRI 18.00-19.00 LT 19.00-20.00 TB-TEKNIikka 1-2 20.00-21.15 TB PK
KE		7.00-8.00 KUNTOPIIRI
	17.00-18.00 KM 2-6 18.00-19.00 KM PK 19.00-20.00 KM 1-6	17.00-18.00 TB/KB OTTELU 18.00-19.00 KB TEKNIikka 1-2 19.00-20.00 KB PK
TO	9.00-10.15 KM 1-6 10.15-11.30 17.00-18.00 VAPAAOTTELU PK 18.00-19.00 VAPAAOTTELU 19.00-20.00 BJJ 20.00-21.15 BJJ PK	16.00-17.00 KUNTONYRKKEILY 17.00-18.00 LT PK 18.00-19.00 LT 19.00-20.00 TB-TEKNIikka 1-2 20.00-21.15 TB PK
PE	17.00-18.00 KM 1-6 18.00-19.00	17.00-18.00 KB/TB OTTELU 18.00-19.00 KB/TB TEKNIikka 1-2
LA	10.30-11.30 VAPAAHARJOITTELU 11.30-12.30 VAPAAHARJOITTELU 12.30-13.30 VAPAAHARJOITTELU	10.30-11.30 KB/TB/LT NAISET 11.30-12.30 KUNTOPIIRI 12.30-13.30 VENYTTELY
SU		

Kaikki oikeudet harjoitusaikojen muutoksiin pidätetään.

Kamppi (Salomonkatu 17 C Autotalo)

	SALI 1	SALI 2
MA	17.30-18.30 BJJ PK 18.30-19.30 BJJ 19.30-20.30 VAPAAOTT. 20.30-21.30 VAPAAOTT. PK	17.00-18.00 KUNTONYRKKEILY 18.00-19.00 LT 19.00-20.00 TB TEKNIikka 1-2 20.00-21.15 TB PK
TI		16.00-17.00 17.00-18.00 KM 1-6 18.00-19.00 KM PK 19.00-20.00 ESCRIMA 20.00-21.00
KE		
	16.30-17.30 LUKKOPAINI 17.30-18.30 VAPAAOTTELU 18.30-19.30 BJJ 19.30-20.30 BJJ PK 20.30-21.30 VAPAAOTT. PK	17.00-18.00 TB/KB/LT VÄLINE 18.00-19.00 TB TEKNIikka 1-2 19.00-20.00 TB PK 20.00-21.00 KB PK
TO	16.30-17.30 17.30-18.30 18.30-20.00 WING TSUN 1-12 20.00-21.30 WING TSUN PK	16.00-17.00 17.00-18.00 KM 1-6 18.00-19.00 KM PK 19.00-20.00 20.00-21.00
PE		
LA	11.00-12.30 ESCRIMA 12.30-14.00 WING TSUN 1-12	11.00-12.15 KM 1-6 12.15-13.15 KUNTONYRKKEILY 13.15-14.15 TB TEKNIikka 1-2
SU		

Kaikki oikeudet harjoitusaikojen muutoksiin pidätetään.

Poikkeavat harjoitusajat: Salit suljettu:

1.5.4.2010 (Pääsiäinen)
30.4.-2.5.2010 (Vappu)
13.5.2010 (Helatorstai)

HARJOITUSMAKSUT 2010

Määrälennussopimukset:

1 kk (30 pv) 88 euroa/kk
6 kk (180 pv) 68 euroa/kk
(kertasuorituksena -5% = 387,60)
12 kk (360 pv) 58 euroa/kk
(kertasuorituksena -5% = 661,20)

Sopimukset tehdään salin toimistossa ennen harjoittelun aloittamista. Sopimus astuu voimaan sopimuksen tekopäivästä ja 1. kuukausiharjoitusmaksu eräännyttyä heti. Maksutapoina: käteinen, yleisimmät pankki- ja luottokortit sekä liikuntasetelit; sopimuksesta myös pankkisiirto. Harjoittelija saa sopimuksen tehtyään magneetikortin (pantti 10e/), jolla kirjaututaan aina ennen harjoituksen alkua sisään; tulostuva kuitti annetaan ohjaajalle harjoituksen alussa.

Tarkemmat sopimusehdot toimistosta. Varaathan riittävästi aikaa sopimuksen tekoon ennen harjoittelun aloittamista!

Harjoitusmaksulla jäsen voi harjoitella kaikissa oman lajinsa/ tasonsa harjoituksissa sekä kaikissa muissa lajeissa, joista harjoittelija on suorittanut peruskurssin sekä osallistua kuntopiireihin ja venyttelyyn salin aukioloaikoina. Peruskurssit ovat aina normaalihintaisia.

KORTTIEN TAUOTTAMINEN

Lomien aikana jokainen huolehtii korttinsa tauottamisesta itse.

Tauoista on tehtävä kirjallinen ilmoitus salin toimistoon.

Jälkikäteen tehtyjä tauoituksia ei hyväksytä.