



TRAININGSZEITEN: ab Mai 2024



	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Uhrzeit	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00	16:00 - 17:00
Alter		5 - 6 Jahre	7 - 14 Jahre		5 - 6 Jahre
Inhalt	Training auf Einladung		Anfängerkurs II	Training auf Einladung	Anfängerkurs
Trainer		Olaf	Olaf		Olaf
Uhrzeit	17:00 - 18:30	17:15 - 18:45	17:00 - 18:30	17:15 - 18:45	17:00 - 18:30
Alter	7 - 14 Jahre		7 - 14 Jahre		7 - 14 Jahre
Inhalt		Training auf Einladung		Training auf Einladung	
Trainer	Jens und Nicole		Jens und Nicole		Julia
Uhrzeit	19:00 - 20:30	18:30 - 19:30	19:00 - 20:00	19:00 - 20:30	19:00 - 20:30
Alter	ab 15 Jahre, Erwachsene	ab 15 Jahre, Erwachsene	ab 15 Jahre, Erwachsene	ab 15 Jahre, Erwachsene	
Inhalt	Judo Schwerpunkt offene Situation (Randori)	Judo Schwerpunkt geschlossene Situation (Kata)	Taiso - Fitnesstraining	Judo Schwerpunkt offene Situation (Randori)	Training auf Einladung
Trainer	Jens und Lukas	Sven	Jens und Nicole	Jens und Lukas	