

Judo Trainingszeiten JCB

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Zeit
16.00				16.00 - 17.00 Uhr Schnupperkurs Sven Treptow Celine Balthes	(<i>neues Dojo</i>) 16.30 - 17.30 Uhr U 10 Kevin Treptow Celine Balthes Florian Hauptmann	(neues Dojo) ersten Samstag <i>Im Monat</i>	08.00
16.30	16.30 - 17.30 Uhr U 10 Kevin Treptow Florian Hauptmann	16.30 - 17.30 Uhr U 10 Sven Treptow Celine Balthes Nick Starikov		17.00 - 18.00 Uhr Schnupperkurs Sven Treptow Celine Balthes			08.30
17.00							09.00
17.30	Pause	Pause			Pause		09.30
18.00	17.45 - 19.15 Uhr U12 / U15 Kevin Treptow Florian Hauptmann	17.45 - 19.15 Uhr U12 / U15 Sven Treptow Celine Balthes Nick Starikov	17.30 - 19.15 Uhr U12 / U 15 Darius Siebert Lisa Schneider	18.10- 18.55 Uhr Gürtelprüfungstraining ab U12 Sven Treptow Celine Balthes	17.45 - 19.15 Uhr U12 / U15 Kevin Treptow Celine Balthes Florian Hauptmann	10.00 – 12.00 Gürtelprüfungsvorbereitung Katatrainning offenes Techniktraining	10.00
18.30							10.30
19.00	Pause		Pause	19.00 - 20.00 Uhr Judo Vital Ganzkörper training Frank Blaszyk		Pause	11.00
19.30	19.30 - 21.00 Uhr ab U 17 Wettkampftraining		19.30 - 21.00 Uhr ab U17 Wettkampftraining	Alle zwei Wochen alternativ zum "Sanften Weg" 19.45 - 21.00 Uhr Judo SV (neues Dojo) Wolfgang Schmidt	19.30 - 21.00 Uhr Technik/ Wettkampftraining ab U15	Yannick Argaud+ Trainer nach Absprache	11.30
20.00	Michael Borst		Michael Borst	20.00 - 21.00 Uhr Judo Vital Sanfter Weg Frank Blaszyk	Yannick Argaud Technik Jakob Siebert Wettkampf	zeitgleich zum Freien Training des Gesamtvereins	12.00
20.30							12.30
21.00	Individuelles Trainng bis 21:30 Uhr		individuelles Training bis 21:30 Uhr				