



Judo-Trainingsplan ab dem 01.08.2023

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
				<u>14:45-15:30</u> 3-6 JAHRE ANFÄNGER Martin Rehbein Elias Radke	
	<u>15:30-16:30</u> 6-8 JAHRE ANFÄNGER Elias Radke	<u>15:30-16:30</u> 6-8 JAHRE ANFÄNGER Elias Radke	<u>15:30-16:30</u> 6-8 JAHRE ANFÄNGER Elias Radke	<u>15:30-16:30</u> 6-8 JAHRE ANFÄNGER Martin Rehbein Elias Radke	<u>10:00-11:30</u> ID-JUDO Thomas Freitag/ Beate Holzey/ Paul Bartelmus
<u>16:30-18:00</u> 8-12 JAHRE WETTKAMPFTRAINING Michael Weyres Anfänger Magdalene Möhring	<u>16:30-18:00</u> 8-12 JAHRE PRÜFUNGSVORBEREITUNG Michael Stutz	<u>16:30-18:00</u> 8-12 JAHRE LEISTUNGSGRUPPE I Michael Weyres	<u>16:30-18:00</u> 8-12 JAHRE PRÜFUNGSVORBEREITUNG Sabrina Fischer Elias Radke/ Bela Knoth	<u>16:30-18:00</u> 8-12 JAHRE WETTKAMPFTRAINING Martin Rehbein Elias Radke	
<u>18:00-19:30</u> 12-16 JAHRE Leistungsgruppe II+III Michael Weyres Bernd Stutz	<u>18:00-19:30</u> 12-16 JAHRE PRÜFUNGSVORBEREITUNG Michael Stutz	<u>18:00-19:30</u> 12-16 JAHRE LEISTUNGSGRUPPE II Thomas Berg Bernd Stutz	<u>18:00-19:30</u> 12-16 JAHRE PRÜFUNGSVORBEREITUNG Sabrina Fischer	<u>18:00-19:30</u> 12-16 JAHRE STÜTZPUNKTTRAINING Anthony Zingg	
<u>19:30-21:00</u> ab 16 JAHRE WETTKAMPFTRAINING Anthony Zingg Bernd Stutz	<u>19:30-21:00</u> ab 16 JAHRE BREITENSPORT/ ID-JUDO Thomas Freitag Paul Bartelmus	<u>19:30-21:00</u> ab 16 JAHRE WETTKAMPFTRAINING Anthony Zingg Bernd Stutz	<u>19:30-21:00</u> ab 16 JAHRE BREITENSPORT Rainer Fischer	<u>19:30-21:00</u> ab 16 JAHRE WETTKAMPFTRAINING Anthony Zingg	

Bei Fragen stehen Ihnen gerne Michael Weyres (Abteilungsleiter 0173/3422783) und Martin Rehbein (Jugendwart 0163/6541419) zur Verfügung.