

Trainingsplan 1. Quartal 2019

Gültig ab 01. Januar 2019

Stand: 07.01.2019



	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
0,75 Stunden			15:15-16:00 AB 3 JAHRE Anfänger M. HANDRICH	15:15-16:00 AB 3 JAHRE Anfänger S. FISCHER	15:15-16:00 AB 3 JAHRE Anfänger M. WEYRES		
1,00 Stunde	16:00-17:00 AB 6 JAHRE Anfänger M. WEYRES		16:00-17:00 AB 6 JAHRE Anfänger M. HANDRICH	16:00-17:00 AB 6 JAHRE Anfänger S. FISCHER	16:00-17:00 AB 6 JAHRE Anfänger M. WEYRES	10:00-11:15 GEISTIG BEHINDERTE G-JUDO, GRUPPE I B. HOLZHEY R. FISCHER	11:00 - 12:30 AB 10 JAHRE oder 7. Kyu: Individuelles Techniktraining / Prüfungs-vorbereitung R. FISCHER; S. FISCHER
1,00 Stunde	17:00-18:00 AB 8 JAHRE Anfänger und Fortgeschrittene M. WEYRES	17:00-18:00 AB 8 JAHRE Breitensport M. STUTZ	17:00-18:00 AB 8 JAHRE Anfänger und Fortgeschrittene M. HANDRICH	17:00-18:00 AB 8 JAHRE Anfänger und Breitensport S. FISCHER	17:00-18:00 AB 8 JAHRE Anfänger M. WEYRES D. GUTSCHE	17:00-18:00 AB 8 JAHRE Talentgruppe U11 M. WEYRES D. GUTSCHE	11:30-13:00 GEISTIG BEHINDERTE G-JUDO, GRUPPE II B. HOLZHEY R. FISCHER
1,25 / 1,5 Stunden	18:00-19:30 U13-U18 Wettkampftraining B. STUTZ	18:00-19:15 U13/U15 Technik- & Wettkampftraining M. STUTZ	18:00-19:30 U13-/U18 Wettkampftraining B. STUTZ	18:00-19:15 U13-/U18 Techniktraining S. FISCHER	18:00-19:30 U13-/U18 Wettkampftraining / Technik- & Athletiktraining D. GUTSCHE ; M. ROOPER-YEARWOOD		
1,75 Stunden	19:30-21:15 BUNDESLIGA / U18 / U21 Wettkampftraining W. BRUMSHAGEN ; B. STUTZ	19:15-20:45 AB 16 / ERWACHSENE INTEGRIERTES G-JUDO T. FREITAG ; P. BARTELMUS	19:30-21:15 BUNDESLIGA / U18 / U21 Wettkampftraining W. BRUMSHAGEN ; B. STUTZ	19:15-20:45 AB 16 / ERWACHSENE Techniktraining R. FISCHER S. FISCHER	19:30-21:15 Kraft- / Zirkeltraining Männer- und Frauen-Kader D. GUTSCHE		

Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne telefonisch (0214 - 86 800 64) oder per Mail (sabrina.fischer@tsvbayer04.de) zur Verfügung!

Sport ist unsere Leidenschaft

www.tsvbayer04.de