

TRAININGSPLAN – Judo / Ju-Jutsu / Tai Chi / Thay-Bo **Stand 01/2019**

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|---|---|---|---|--|
| Judo | Judo | Judo | Judo | Ju-Jutsu |
| Anfänger 17:30 – 18:45 Uhr Gerd Droullier 1. Dan, Michel Lagoute 2. Kyu | Schüler u. Jugendliche 17:30 – 18:45 Uhr Urban Hansen 1. Kyu Ab 12. Februar 2019 | Schüler u. Jugendliche 17:15 – 18:15 Uhr Andreas Lieber 1. Dan Jens Breitenbach 2. Kyu Jessica Hillebrand | Schüler u. Anfänger 17:30 – 18:45 Uhr Andreas Lieber 1. Dan Hannah Fuhrmanneck 1. Dan Madeleine Hillebrand Michelle Lieber | Kinder u. Schüler Anfänger u. Fortgeschrittene 17:00 – 18:30 Uhr Joachim Beck 3. Dan Reiner Jetter 1. Dan |
| Judo | | Judo | | Judo |
| Schüler u. Jugendliche 18:30 – 19:45 Uhr H.-J. Sessler 2. Dan | | Jugend u. Erwachsene 19:00 – 20:30 Uhr Andreas Lieber 1. Dan | | Schüler Wettkampftraining 18:30 – 19:45 Uhr Marcel Schreyer 1. Kyu |
| Judo | Ju-Jutsu | Judo | Ju-Jutsu | Judo |
| Erwachsene Anfänger u. Fortgeschrittene 20:00 – 21:30 Uhr Jens Breitenbach 2. Kyu | Erwachsene, Jugendliche Anfänger u. Fortgeschrittene 19:30 – 21:00 Uhr Andreas Kainz 2. Dan Roman Ruf 3. Kyu | | Erwachsene Anfänger u. Fortgeschrittene 20:00 – 21:30 Uhr Joachim Beck 3. Dan | Erwachsene Fortgeschrittene 20:00 – 21.30 Uhr Freies Training nach Absprache mit Trainer |
| | Thay-Bo | | | |
| | Thay-Bo für alle 18:00 – 19:00 Uhr Nadine Vagneux/Braun Gym.-Halle bei VfB | | | |
| | Tai Chi | Tai Chi | | |
| | Anfänger/Fortgeschrittene 19:15 – 20:30 Uhr Josef Herzog Monika Herzog Gym.-Halle bei VfB | Anfänger/Fortgeschrittene 19:00 – 20:15 Uhr Josef Herzog Monika Herzog - Sondersportraum - | | |