

**TRAININGSPLAN – Judo / Ju-Jutsu / Tai Chi / Thay-Bo**      **Stand 07/2019**

<b>Montag</b>	<b>Dienstag</b>	<b>Mittwoch</b>	<b>Donnerstag</b>	<b>Freitag</b>
<b>Judo</b>	<b>Judo</b>	<b>Judo</b>	<b>Judo</b>	<b>Ju-Jutsu</b>
<b>Anfänger</b> <b>17:30 – 18:45 Uhr</b> Gerd Droullier 1. Dan, Michel Lagoute 2. Kyu	<b>Schüler u. Jugendliche</b> <b>17:30 – 18:45 Uhr</b> Urban Hansen 1. Kyu Mathias Krebs 1. Kyu	<b>Schüler u. Jugendliche</b> <b>17:15 – 18:15 Uhr</b> Andreas Lieber 1. Dan Jens Breitenbach 1. Kyu Jessica Hillebrand 1. Kyu	<b>Schüler u. Anfänger</b> <b>17:30 – 18:45 Uhr</b> Andreas Lieber 1. Dan Hannah Fuhrmanneck 1. Dan Madeleine Hillebrand 3. Kyu Michelle Lieber 5. Kyu	<b>Kinder u. Schüler Anfänger</b> <b>u. Fortgeschrittene</b> <b>17:00 – 18:30 Uhr</b> Joachim Beck 3. Dan Reiner Jetter 1. Dan
<b>Judo</b>		<b>Judo</b>		<b>Judo</b>
<b>Schüler u. Jugendliche</b> <b>18:30 – 19:45 Uhr</b> H.-J. Sessler 2. Dan		<b>Jugend u. Erwachsene</b> <b>19:00 – 20:30 Uhr</b> Andreas Lieber 1. Dan		<b>Schüler</b> <b>Wettkampftraining</b> <b>18:30 – 19:45 Uhr</b> Marcel Schreyer 1. Kyu
<b>Judo</b>	<b>Ju-Jutsu</b>	<b>Judo</b>	<b>Ju-Jutsu</b>	<b>Judo</b>
<b>Erwachsene Anfänger u.</b> <b>Fortgeschrittene</b> <b>20:00 – 21:30 Uhr</b> Jens Breitenbach 1. Kyu	<b>Erwachsene, Jugendliche</b> <b>Anfänger u.</b> <b>Fortgeschrittene</b> <b>19:30 – 21:00 Uhr</b> Andreas Kainz 2. Dan Roman Ruf 3. Kyu		<b>Erwachsene Anfänger u.</b> <b>Fortgeschrittene</b> <b>20:00 – 21:30 Uhr</b> Joachim Beck 3. Dan	<b>Erwachsene</b> <b>Fortgeschrittene</b> 20:00 – 21.30 Uhr Freies Training nach Absprache mit Trainer
	<b>Thay-Bo</b>			
	<b>Thay-Bo für alle</b> <b>18:00 – 19:00 Uhr</b> Nadine Vagneux/Braun Gym.-Halle bei VfB			
	<b>Tai Chi</b>	<b>Tai Chi</b>		
	<b>Anfänger/Fortgeschrittene</b> <b>19:15 – 20:30 Uhr</b> Josef Herzog Monika Herzog Gym.-Halle bei VfB	<b>Anfänger/Fortgeschrittene</b> <b>19:00 – 20:15 Uhr</b> Josef Herzog Monika Herzog - Sondersportraum -		