

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

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. Dan Mathias Krebs 1. Dan	Schüler u. Jugendliche 17:15 – 18:15 Uhr Andreas Lieber 1. Dan Jens Breitenbach 1. Kyu Jessica Hillebrand 1. Kyu	Schüler u. Anfänger 17:30 – 18:45 Uhr Andreas Lieber 1. Dan Hannah Fuhrmanneck 1. Dan Madeleine Hillebrand 3. Kyu Michelle Lieber 5. Kyu	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 1. 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 -		