



Trainingsplan in den Herbstferien vom 23.10. - 03.11.2023

1. Woche

Montag 23.10.2023	Dienstag 24.10.2023	Mittwoch 25.10.2023	Donnerstag 26.10.2023	Freitag 27.10.2023
Trainingscamp U11 / U13 / U15 von 10 bis 16 Uhr (nominierte Judoka)				
U9 & U11 16.30 - 18:00 Uhr	U13, U15 & U18 16.30 - 18:00 Uhr	Anfänger 16.30 - 18.00 Uhr		
Erwachsene 19:00 - 20:30			Erwachsene 19:00 - 20:30	

2. Woche

Montag 30.10.2023	Dienstag 31.10.2023	Mittwoch 01.11.2023	Donnerstag 02.11.2023	Freitag 03.11.2023
U9 & U11 15.30 - 17:00 Uhr	Reformationstag - frei -	Anfänger 15.30 - 16.45 Uhr	U13, U15 & U18 15.30 - 17:00 Uhr	
U13, U15 & U18 17.00 - 18:30 Uhr			U9 & U11 17.00 - 18:30 Uhr	
Erwachsene 19:00 - 20:30			Erwachsene 19:00 - 20:30	