

Trainingszeiten gültig ab 01.05.2011

Montag

16.00 - 17.15 Uhr	Judo	Judo spielend lernen	5 - 7 Jahre	Gymr.1	Laura Bell
17.15 - 18.30 Uhr	Judo	Fortgeschritt ene	6 - 8 Jahre	Gymr.1	Laura Bell
18.30 - 20.00 Uhr	Ju-Jutsu	Anfänger bis orange-Gurt	ab 11 Jahre	Gymr.1	Claus Herckrath
20.00 - 21.30 Uhr	Ju-Jutsu	Fortgeschritt ene ab grün- Gurt	ab 15 Jahre	Gymr.1	Claus Herckrath
20.00 - 21.30 Uhr	Ju-Jutsu	Senioren SV	ab 35 Jahre	Gymr.1	Claus Herckrath
17.00 - 18.15 Uhr	Taekwondo	Kinder Anfänger	5 - 13 Jahre	Gymr.2	Dirk Kirchner
18.15 - 20.00 Uhr	Taekwondo	Anfänger / Fortgeschritt ene	ab 14 Jahre	Gymr.2	Dirk Kirchner
20.00 - 21.30 Uhr	Ju-Jutsu	Fighting / Kampf		Gymr.2	Ira Teske

Dienstag

15.30 - 17.00 Uhr	Judo	Anfänger	6 - 10 Jahre	Gymr.1	Laura Bell
17.00 - 18.30 Uhr	Judo	Fortgeschritt ene	+/- 7 - 11 Jahre	Gymr.1	Laura Bell
18.30 - 20.00 Uhr	Judo	Fortgeschritt ene	+/- 11 - 13 Jahre	Gymr.1	Claus Herckrath
20.00 - 21.30 Uhr	Judo	Fortgeschritt ene	+/- ab 13 Jahre	Gymr.1	Claus Herckrath
15.00 - 16.15 Uhr	Judo	Judo spielend lernen	5 - 7 Jahre	Gymr.2	Martina Ringst
16.15 - 17.30 Uhr	Judo	Fortgeschritt ene	7 - 9 Jahre	Gymr.2	Martina Ringst
17.30 - 19.00 Uhr	Judo	Fortgeschritt ene	+/- 9 - 11 Jahre	Gymr.2	Martina Ringst

Mittwoch

15.00 - 17.45 Uhr	Ju+JJ+TKD+ Karate	Verfügungsst d.		Gymr.1	versch. Trainer
17.45 - 18.45 Uhr	Taekwondo	Anfänger / Fortgeschritt ene	5 - 13 Jahre	Gymr.1	Dirk Kirchner
18.45 - 19.45 Uhr	Taekwondo	Anfänger / Fortgeschritt ene	ab 14 Jahre	Gymr.1	Dirk Kirchner
20.00 - 21.30 Uhr	Judo	Breitensport	16 - 99 Jahre	Gymr.1	Claus Herckrath

Donnerstag

16.15 - 17.30 Uhr	Judo	Fortgeschrittene	6 - 9 Jahre Gymsr.1	Christian Wernicke
17.30 - 18.45 Uhr	Judo	Anfänger	7 - 11 Jahre Gymsr.1	Christian Wernicke
18.45 - 20.15 Uhr	Ju-Jutsu	Anfänger	11 - 15 Jahre Gymsr.1	Valerij Kekstas
20.15 - 21.45 Uhr	Ju-Jutsu	Anfänger / Fortgeschrittene	ab 15 Jahre Gymsr.1	Timo Glüge
17.00 - 18.30 Uhr	Ju-Jutsu	Anfänger	7 - 12 Jahre Gymsr.2	Timo Glüge
18.30 - 20.00 Uhr	Ju-Jutsu	Fortgeschrittene	11 - 15 Jahre Gymsr.2	Timo Glüge
20.00 - 21.30 Uhr	Karate	Anfänger / Fortgeschrittene	ab 12 Jahre Gymsr.2	Andreas Schütt
18.00 - 19.00 Uhr	Taekwondo	Anfänger / Fortgeschrittene	alle Sud.	Dirk Kirchner
19.00 - 20.00 Uhr	Taekwondo	Taekwondo-Kampf und Technik	alle Sud.	Dirk Kirchner

Freitag

15.00 - 16.30 Uhr	Judo	Anfänger	6 - 11 Jahre Gymsr.1	Ralph Königsfeld
16.30 - 18.00 Uhr	Judo	Fortgeschrittene	+/- 7 - 11 Jahre Gymsr.1	Ralph Königsfeld
18.00 - 19.30 Uhr	Judo	Fortgeschrittene	+/- 11 - 13 Jahre Gymsr.1	Burkhard Horn
19.30 - 21.00 Uhr	Judo	Fortgeschrittene	+/- ab 13 Jahre Gymsr.1	Burkhard Horn
16.00 - 17.15 Uhr	Ju-Jutsu	Ju-Jutsu spielend lernen	5 - 7 Jahre Gymsr.2	Timo Glüge
17.15 - 18.30 Uhr	Ju-Jutsu	Anfänger	7 - 11 Jahre Gymsr.2	Timo Glüge
18.30 - 20.00 Uhr	Ju-Jutsu	Fighting / Kampf	ab 11 Jahre Gymsr.2	Valerij Kekstas
17.45 - 19.00 Uhr	Taekwondo	Anfänger / Fortgeschrittene	5 - 13 Jahre TH Bod.	Dirk Kirchner
19.00 - 20.00 Uhr	Taekwondo	Taekwondo-Kampf und Technik	ab 14 Jahre TH Bod.	Dirk Kirchner