

Trainingsplan Judoclub Eberswalde 2018

Zeit	Montag	Zeit	Dienstag	Zeit	Mittwoch	Zeit	Donnerstag	Zeit	Freitag
				15:00	<b>Krümelturnen</b>				
					T: Dr. Michael Staubach				
				16:00	T: Vera Springer				
16:30	<b>Fortgeschrittene Gruppe</b>	16:30	<b>Anfänger Gruppe</b>	16:30	<b>Fortgeschrittene Gruppe</b>	16:30	<b>Anfänger Gruppe</b>		
	T: Willi Gruschinski		T: Silvio Rux		T: Willi Gruschinski		T: Silvio Rux	17:00	<b>Bambini Gruppe</b>
	T: Johannes Mrosek		T: Pia-Marie Stendel		T: Johannes Mrosek		T: Pia-Marie Stendel		T: Victor Semenko, Silvio Rux
							Ü: Hannah Rux		T: Pia-Marie Stendel
									Ü: Hannah Rux
18:00	<b>Wettkampf Gruppe</b>	18:00	<b>Kraftsport</b>	18:00	<b>Wettkampf Gruppe</b>	18:00	<b>Kraftsport</b>	18:00	<b>Offene Matte (Gesamtverein)</b>
	T: Victor Semenko		T: Bert Tassler		T: Victor Semenko		T: Bert Tassler		T: Victor Semenko
			T: Marcel Boldt				T: Marcel Boldt		
		19:30	<b>Senioren Gruppe</b>			19:30	<b>Senioren Gruppe</b>		
20:00	<b>Frauen Judo Fitness</b>		T: Victor Semenko				T: Victor Semenko		
Ende									
21:00	T: Silvio Rux								

T: verantwortlicher Trainer

Ü: Übungsleiter, Übungsleiterhelfer, Übungsleiter in Ausbildung