

Trainingsplan Judoclub Eberswalde 2021

Gültig ab dem 25.10.2021

Im Sportzentrum gilt in den Flur-, Sanitär- und Umkleidebereichen das Abstandsgebot (<1,50m) und die Pflicht zur Nutzung einer Mund-Nase-Bedeckung

Zutritt nur für Personen nach 3-G Regel (außer Kinder unter 6 J.), Personen mit Erkältungssymptomen erhalten keinen Zutritt.

Erfassung von allen anwesenden Personen zur Gewährleistung der Nachverfolgbarkeit durch das Gesundheitsamt

Zeit	Montag	Zeit	Dienstag	Zeit	Mittwoch	Zeit	Donnerstag	Zeit	Freitag
16:30	<u>Fortgeschrittene</u> <u>Gruppe</u> T: Viktor Semenko	16:30	<u>Anfänger</u> <u>Gruppe</u> T: Silvio Rux	15:00	<u>Krümelturnen</u> T: Dr. Michael Staubach	16:30	<u>Anfänger</u> <u>Gruppe</u> T: Silvio Rux	17:00	<u>Bambini Gruppe</u> T: Victor Semenko, Silvio Rux
18:00	<u>Wettkampf</u> <u>Gruppe</u> T: Victor Semenko	18:00	<u>Wettkampf</u> <u>Gruppe</u> T: Victor Semenko	16:30	<u>Fortgeschrittene</u> <u>Gruppe</u> T: Viktor Semenko	18:00	<u>Wettkampf</u> <u>Gruppe</u> T: Victor Semenko	18:00	<u>Offene Matte</u> <u>(Gesamtverein)</u> T: Victor Semenko
20:00	<u>Frauen</u> <u>Judo Fitness</u> T: Silvio Rux	20:00	<u>Senioren</u> <u>Gruppe</u> T: Victor Semenko	18:00	<u>Wettkampf</u> <u>Gruppe</u> T: Victor Semenko	20:00	<u>Senioren</u> <u>Gruppe</u> T: Victor Semenko		

T: verantwortlicher Trainer