

Trainingsplan Judoclub Eberswalde 2024/2025

Zeit	Montag	Zeit	Dienstag	Zeit	Mittwoch	Zeit	Donnerstag	Zeit	Freitag
				15:15	Krümelturnen				
					T: Dr. Michael Staubach				
				16:15	(Geräturnhalle)				
				15:30	Anfänger Gruppe 1				
		16:30	Anfänger Gruppe 2	17:00	T: Ronny Maerker	16:30	Anfänger Gruppe 2		
17:00	Fortgeschrittene Gruppe	18:00	T: Silvio Rux	17:00	Fortgeschrittene Gruppe	18:00	T: Silvio Rux	17:00	Bambini Gruppe
18:30	T: Marcel Boldt	18:00	Talentförderung	18:30	T: Marcel Boldt	18:00	Talentförderung	18:00	T: Hannah Rux
18:30	Wettkampfgruppe		T: Viktor Semenko	18:30	Wettkampfgruppe		T: Viktor Semenko		Offene Matte (Gesamtverein)
	T: Viktor Semenko	19:30	T: Victor Semenko		T: Viktor Semenko		T: Victor Semenko		T: Viktor Semenko
20:00	T: Victor Semenko	19:30	Senioren Gruppe	20:00	T: Victor Semenko	19:30	Senioren Gruppe	20:00	T: Victor Semenko
20:00	Frauen Judo Fitness			20:00	JuJutsu Gruppe				
		21:00	T: Victor Semenko		T: Silvio Rux	21:00	T: Victor Semenko		
21:30	T: Silvio Rux			21:30					

T: verantwortlicher Trainer