

Trainingsplan Ju-Jutsu (Stand: Januar 2024)

Vor Beginn der ersten Trainingsgruppe müssen die Matten aufgebaut werden.
 Beim Mattenaufbau brauchen die Trainer Unterstützung. Wir danken Euch für die Hilfe.

Wichtig: Die Aufsichtspflicht der Trainer beginnt erst ist der Halle!

Bitte um 16.45 **vor** der Eingangstür warten (hinterer Eingang, links neben der Halle).
 Die Trainer holen die Kinder rein.

Liebe Eltern:

Bitte bringt die Kinder bis zur Hallentür und vergewissert
 Euch, ob ein erwachsener Trainer vor Ort ist.

Tag	Uhrzeit	Zielgruppe	Woche	Trainer
Mo.	16.45 - 18.00	Kinder		Simone oder Christian Andreas, Isabell
Mo.	18.15 - 19.30	Jugendliche		Simone oder Christian Henrik, Andreas
Mo.	19.30 - 21.15	Erwachsene		Wechselnd: Michael, Christian o. Simone
Do.	16.45 - 18.00	Kinder		Christian oder Simone Lennart, Andreas
Do.	18.15 - 19.30	Jugendliche	gerade	Vladimir Christan, Henrik o. Simone
			ungerade	Christian oder Simone Henrik, Andreas, Simone
Do.	19.30 - 21.15	Erwachsene	gerade	Vladimir
			ungerade	Simone oder Christian
Sa.	8.00 - 22.00	Sondertraining		nach Absprache mit Simone