

Trainingsplan Ju-Jutsu

(Stand: Januar 2025)

Vor Beginn der ersten Trainingsgruppe müssen die Matten aufgebaut werden. Wir benötigen eure Unterstützung, da die Trainer die Matten nicht alleine aufbauen können!

Wichtig: Die Aufsichtspflicht der Trainer beginnt erst in der Halle.

Bitte wartet um 16:45 Uhr vor der Eingangstür. Wir treffen uns am hinteren Eingang (nicht am Haupteingang). Geht dazu links an der Halle vorbei und dann gleich rechts zur ersten Tür. Die Trainer holen die Kinder dann hinein.

Liebe Eltern:

Bitte bringt die Kinder bis zur Hallentür und stellt sicher, dass ein erwachsener Trainer vor Ort ist.

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