

Trainingsplan JC-Oberthal Abt. Judo (06.09.22 – 20.12.22)

Datum:	Uhrzeit	Aktivitäten
Di. 06.09.22	16:00 – 17:30 Uhr 17:30 – 19:00 Uhr 19:00 – 20:30 Uhr	Kindertraining (6-9 Jahren) Jugendtraining (10-14 Jahren) Erwachsenentraining (ab 15 Jahren)
Fr. 09.09.22	Kein Judo-Training	
Di. 13.09.22	16:00 – 20:30 Uhr	Kinder-, Jugend-, Erwachsenenentraining
Fr. 16.09.22	18:00 – 20:00 Uhr	Wettkampf- und Randoritraining für alle
Di. 20.09.22	16:00 – 20:30 Uhr	Kinder-, Jugend-, Erwachsenenentraining
Fr. 23.09.22 *	17:00 – 18:30 Uhr 19:00 – 20:30 Uhr	Gruppentraining mit Quierschied & St. Ingbert (1. Gruppe, Kinder bis 12 Jahren, 2. Gruppe, alle ab 13 Jahren)
Di. 27.09.22	16:00 – 20:30 Uhr	Kinder-, Jugend-, Erwachsenenentraining
Fr. 30.09.22 *	17:00 – 18:30 Uhr 19:00 – 20:30 Uhr	Gruppentraining mit Quierschied & St. Ingbert (1. Gruppe, Kinder bis 12 Jahren, 2. Gruppe, alle ab 13 Jahren)
Di. 04.10.22	16:00 – 20:30 Uhr	Kinder-, Jugend-, Erwachsenenentraining
Fr. 07.10.22	Kein Judo-Training	
Di. 11.10.22	16:00 – 20:30 Uhr	Kinder-, Jugend-, Erwachsenenentraining
Fr. 14.10.22	17:00 – 20:00 Uhr	Freundschaftstraining in Uchtelfangen
Di. 18.10.22	16:00 – 20:30 Uhr	Kinder-, Jugend-, Erwachsenenentraining
Fr. 21.10.22	18:00 – 20:00 Uhr	Kyu-Dan-Training für alle (Schüler trainieren mit den Meistern)
25.10- 04.11.22	Ferien (kein Training)	
Di. 08.11.22	16:00 – 20:30 Uhr	Kinder-, Jugend-, Erwachsenenentraining
Fr. 11.11.22	Kein Judo-Training	
Di. 15.11.22	16:00 – 20:30 Uhr	Kinder-, Jugend-, Erwachsenenentraining
Fr. 18.11.22	18:00 – 20:00 Uhr	Wettkampf- und Randoritraining für alle
Di. 22.11.22	16:00 – 20:30 Uhr	Kinder-, Jugend-, Erwachsenenentraining
Fr. 25.11.22	18:00 – 20:00 Uhr	Kinder-Eltern-Spaß-Training (Kinder trainieren gemeinsam mit den Eltern)
Di. 29.11.22	16:00 – 20:30 Uhr	Kinder-, Jugend-, Erwachsenenentraining
Fr. 02.12.22	18:00 – 20:00 Uhr	Kyu-Vorbereitungstraining für alle
Di. 06.12.22	16:00 – 20:30 Uhr	Kinder-, Jugend-, Erwachsenenentraining
Fr. 09.12.22	18:00 – 20:00 Uhr	Kyu-Vorbereitungstraining für alle
Di. 13.12.22	16:00 – 20:30 Uhr	Kinder-, Jugend-, Erwachsenenentraining
Fr. 16.12.22	17:30 – 20:00 Uhr	Kyu-Prüfung mit anschl. kleiner Feier
Di. 20.12.22	16:00 – 20:30 Uhr	Kinder-, Jugend-, Erwachsenenentraining

* Das gemeinsame Training mit Quierschied und St. Ingbert findet in Oberthal statt. Termin ist der 23.09. **oder** der 30.09.22 (muss noch geklärt werden).