Stand 04.02.2020

Belegungsplan neues Dojo, Auguststr. 78

08:00 | 09:30 | 10:00 | 10:30 | 11:00 | 11:30 | 12:00 | 12:30 | 13:00 | 13:30 | 14:00 | 14:30 | 15:00 | 15:30 | 16:00 | 16:30 | 17:00 | 17:30 | 18:00 | 18:30 | 19:00 | 19:30 | 20:00 | 20:30 | 21:00 | 21:30 | 22:00

Raum 1 - große Halle

Montag	Polizeiakademie 08.00 - 11.00 **Judo** Judo spielend lernen 7 - 11 Jahre 16:30 - 18:00 **Judo / NJV / Bezirk** Stützpunkttraining Technik u. Wettkampf 18:15 - 19:45 **Judo** Fortgeschrittene Techniktraining u. Kata 20:00 - 22:00
Dienstag	**Ju-Jutsu** Kinder ab 6 Jahre 17:00 - 18:30 **Ju-Jutsu** Fortgeschrittene 2 18:30 - 20:00 **Ju-Jutsu** Fortgeschr. 1 & 50+ 20:00 - 21:30
Mittwoch	Polizeiakademie 08.00 - 11.00 **Judo** Judo lernen 5 - 7 jahre 15.30 - 16.30 **Judo** Judo lernen 7 - 11 Jahre 16:30 - 18:00 **Judo** Judo kämpfen lernen 8 - 18 Jahre 18:00 - 19:30 **Judo** Erwachsene Grundlagen u. Prfgsvorber. 20:00 - 21:30
Donnerstag	**Gymnastik** Damen 09:30 - 10:30 **Gymnastik** Damen 15:45 - 16:45 **Ju-Jutsu** Kinder ab 12 Jahre 17:00 - 18:30 **Ju-Jutsu** Anfänger & Fortgeschr. 1 18:30 - 20:00 **Ju-Jutsu** Fitness 20:00 - 21:30
Freitag	**Judo** Mit Judo beginnen 7 - 11 Jahre 15:30 - 17:00 **Judo** Judo lernen u. anwenden 11 - 15 Jahre 17:00 - 18:30 **Ju-Jutsu** Fortgeschrittene 2 18:30 - 20:00 **Judo** Bwegt ÄLTER werden mit JUDO 20:00 - 21:30
Samstag	**Judo NJV / Bezirk** Wettkämpfe - Lehrgänge - Gürtelprüfungen 14:00 - 18:30

Raum 2 - kleine Halle

Montag	**Paulusschule** 14:00 - 15:30 **Gymnastik** Damen 15:45 - 16:45 **Aikido** Jugendliche 17:00 - 18:30 **Aikido** Erwachsene 18:30 - 20:00 **Karate** Oberstufe 4. Kyu - Dan 20:00 - 21:30
Dienstag	**Aikido** Erwachsene 07.30 - 09.00 **Paulusschule** 14:00 - 15:30 **Karate** Kinder (4 - 6) 16:00 - 17:00 **Karate** Kinder (7 - 12) Ab 9. Kyu 17:00 - 18:15 **Aikido** Erwachsene 18:30 - 20:00 **Karate** Unter- / Mittelstufe 9. - 4. Kyu 20:00 - 21:30
Mittwoch	**Paulusschule** 14:00 - 15:30 **Karate** Juigend (13 - 17) Anfänger 17:00 - 18:15 **Karate** Jugend (13 - 17) Unter-/ Mittelstufe 18:15 - 19:30 **Karate** * Gesundheitstraining ** Kyusho Training 20:00 - 21:30
Donnerstag	**Paulusschule** 09:50 - 11:30 **GS Flötenteich Judo** 14:10 - 15:40 **Aikido** Kinder 16:30 - 18:00 **Aikido** Erwachsene 19:00 - 20:30 **Aikido** Fort-geschrittene 20:30 - 21:00
Freitag	**Karate** Kinder (4 - 6) 16:00 - 17:00 **Karate** Kinder (7 - 12) 17:00 - 18:30 **Karate** Unter-/Mittelstufe 9. - 4. Kyu 18:30 - 20:00 **Karate** Oberstufe ab 3. Kyu 20:00 - 21:30
Samstag	**Aikido** Prüfungstechniken 1 x Monat 10:00 - 12:00 Karate: * = ab 30 Jahre alle geraden KW ** = ab 3. Kyu alle ungeraden KW
Sonntag	**Karate** Freies Training je nach Verfügbarkeit der Halle