Stand 06.03.2017

Belegungsplan neues Dojo, Auguststr. 78

09:00 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	**Judo** U 8 5 - 7 Jahre 15:30 - 16:30 **Judo** U 11 7 - 11 Jahre 16:30 - 18:00 **Judo / NJV / Bezirk** Nachwuchsstützpunkt Jugendtraining 18:15 - 19:45 **Judo** Erwachsene Freies Kata-Training 20:00 - 22:00
Dienstag	**Versehrtensport-Gemeinschaft** 15:00 - 17:00 **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	**Diakonie** 15:30 - 17:00 **Judo** z.b.V. 17:00 - 18:00 **Judo** U 15 / U 18 12 - 17 Jahre 18:00 - 19:30 **Judo** Erwachsene Technik und Randori 19:30 - 21:00 **Judo** Freies Training 21:00 - 21:30
Donnerstag	**Gymnastik** Damen 09:30 - 10:30 **Versehrtensport-Gemeinschaft** 14:00 - 16:00 **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** U 12 7 - 11 Jahre 15:30 - 17:00 **Judo** U 15 12 - 14 Jahre 17:00 - 18:30 **Ju-Jutsu** Fortgeschrittene 2 18:30 - 20:00 **Judo** Ü 40 - Fitness 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 **Aikido** Jugendliche 17:00 - 18:30 **Aikido** Erwachsene 18:30 - 20:00 **Karate** Oberstufe 4. Kyu - Dan 20:00 - 21:30
Dienstag	**Aikido** 50plus & Ungeübte 09.30 - 11.00 **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 - 18:00 **Karate** Kinder (7 - ab 8. Kyu 18:00 - 19:00 **Karate** Unter-/Mittelstufe 9. - 4. Kyu 19:00 - 20:15 **Karate** Oberstufe ab 3. Kyu 20:15 - 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