



**Das Budocentrum bleibt vom 09.07. 2018 bis 20.07.2018 geschlossen**

## SOMMERTRAININGSPLAN 2018 - gültig vom 23.07. bis 17.08.2018

Uhrzeit	Montag				Dienstag				Mittwoch				Donnerstag				Freitag				
	Dojo1	Dojo2	Dojo3	Dojo 4	Dojo 1	Dojo 2	Dojo 3	Dojo 4	Dojo 1	Dojo 2	Dojo 3	Dojo 4	Dojo 1	Dojo 2	Dojo 3	Dojo 4	Dojo 1	Dojo 2	Dojo 3	Dojo 4	
16.00 Uhr bis 17.30 Uhr	x	x	x	x	Kickboxen Jugend Anf./Fortg. wechselnde Trainer	x		x	Ferienpass-Training R.Brauße / K.Chorrosch				Kindertraining Judo / Ju-Jutsu / Karate / Aikido B.Facklam	x	x	x	x	x			x
17.30 Uhr bis 19.00 Uhr	Kampfttraining U, Frost	x	x	x	Allkampf Boden wechselnde Trainer	Karate Anf./Fortg. B.Facklam		17:00 - 18:00 Trampolin - Gymnastik A. Gramckow	Kampf Training R. Brauße	Judo Jugend Anf./Fortg. wechs. Trainer	Tae Kwon Do Anf./Fortg. D. Heinatz L.Acuna	evtl. ab 01.08. 17:00 - 18:00 Rückengym	Karate Anf./Fortg. B.Facklam	x	x		Tae Kwon Do Anf./Fortg. D.Heinatz L.Acuna				x
19.00 Uhr bis 20.30 Uhr	Tae Kwon Do Anf./Fortg. D.Heinatz L.Acuna	x	<b>! Sommer-Spezial! Goshindo K. Landeck</b>	x	Ju-Jutsu Anf./Fortg. B.Facklam	Judo Anf./Fortg. wechselnde Trainer	x		Ju-Jutsu Anf./Fortg. C.Marek	Krav Maga Anf./Fortg. wechs. Trainer	evtl. ab 01.08. 18:00 - 19:00 Rückengym	Judo Anf./Fortg. wechs. Trainer	Karate Anf./Fortg. B.Kramath	Aikido Anf./Fortg. A.Schönauer	<b>nur am 26.07 19:30 - 20:30 Body-Workout/BBP A.Schollmeyer</b>	Kampfttraining Anf./Fortg. O. Hommel.		<b>nur am 27.07 19:30 - 20:30 Body-Workout A.Schollmeyer</b>		19:00 - 20:30 Tai Chi T.Börnchen	
20.30 Uhr bis 22.00 Uhr	Krav Maga Anf./Fortg. wechs. Trainer	Brazilian JJ wechselnde Trainer	Escrima Anf./Fortg. K.Landeck	x	Budo Power wechselnde Trainer	Ryu Kyu Kobujutsu C./Th.Scharf-schwerdt	x		Brazilian JJ wechselnde Trainer	Kickboxen A.Vogt /H. Klessnsny		Escrima Anf./Fortg. K.Landeck	Ju-Jutsu Anf./Fortg. Rolf / Kay	x	Giron Escrima F. Büchner	x	Budo Power Anf./Fortg. R. Brauße	Kickboxen Anf./Fortg. wechselnde Trainer		Brazilian JJ wechselnde Trainer	

Wenn Dojo 4 nach Plan nicht belegt ist, kann es selbstverständlich nach Rücksprache genutzt werden.

Änderungen vorbehalten