

Trainingsplan Ju-Jutsu Breitenfelde (für Bambini & Breitensport & Wettkampf & Taktische SV)

Gruppen	Montag	Dienstag	Mittwoch	Samstag
Bambini I (4-7 Jahre) "Nicht mit mir"	Zeit in Planung 15.00-16.30 Uhr			
Bambini II (4-7 Jahre) "Nicht mit mir"		15.30-16.30 Uhr		nach Bedarf (Zeit wird im Training angesagt) Prüfungsvorbereitung & Turniervorbereitung
Anfänger (7-8 Jahre)		16.30-17.30 Uhr	15.30-17.00 Uhr	
Fortgeschrittene		17.00-19.00 Uhr	16.30-18.30 Uhr	
Erwachsene/ Taktische Selbstverteidigung		17.00-19.00 Uhr		Kurse mit Vorankündigung (10 UE)
Fit für die Fete				Tageskurse mit Vorankündigung (10 UE)