

TRAININGSZEITEN JUDO

Stand: 01.01.2019

Montag	
17.00 - 18.15 Uhr JUDO Prüfungs- vorbereitung 8. - 5. Kyu Florian Beinhözl Valentin Winter Tim Allrutz Dojo	16.15 - 17.15 Uhr JUDO Mini's U6 Chrissy Schimann Roman Peter Ittlingerschule
18.15 - 19.30 Uhr JUDO Prüfungs- vorbereitung 4. - 1. Kyu und Dan Florian Beinhözl Philipp Gieler Dojo	17.15 - 18.15 Uhr JUDO Breitensport U8 - U15 Chrissy Schimann Roman Peter Ittlingerschule
19.30 - 21.00 Uhr Kempo – JUDO ab U18 Adriano Vasile Dojo	18.15 - 19.45 Uhr G (ID) – JUDO Alwin Brenner Max Sonner Ittlingerschule
	20.00 - 21.30 Uhr CAPOEIRA Erwachsene Sabiá Wegenerhalle

Dienstag	
17.15 - 18.15 Uhr JUDO Anfänger U8 - U10 Thomas Lorenz Jonathan Höflinger Dojo	17.00 - 17.45 Uhr CAPOEIRA Kinder Sabiá Wegenerhalle
18.15 - 19.30 Uhr JUDO Wettkämpfer U10 U12 Breitensport U15 Thomas Lorenz Jannis Kraft Dojo	15 Min. Pause
19.30 - 21.00 Uhr OPEN MAT Freies Training für alle Interessierten Adriano Vasile Wolfgang Hinterleitner* Thomas Lorenz Dojo	18.00 - 18.45 Uhr CAPOEIRA Kinder Sabiá Wegenerhalle
*alle zwei Wochen findet ein gezieltes Bezirksliga-Wettkampftraining mit Wolfgang Hinterleitner statt!	

Mittwoch
17.30 - 19.00 Uhr JUDO Wettkämpfer U15 - U18 Zita Notter Dojo
19.00 - 19.45 Uhr JUDO Kraft-/ Ausdauertraining U15 - U18 Zita Notter Dojo / Krafraum
19.45 - 21.15 Uhr JUDO ab U21 Zita Notter Dojo

Donnerstag	
16.30 - 17.15 Uhr JUDO Mini's U6 Yusuf Güngörmüs Gülfri Franz Hannah Frobenius Dojo	
17.15 - 18.15 Uhr JUDO Anfänger U8 - U10 Yusuf Güngörmüs Thomas Lorenz Gülfri Franz Hannah Frobenius Dojo	17.30 - 18.15 Uhr JUDO Kraft-/ Ausdauertraining Jahrgang 2007 Mario Duch Dojo / Krafraum
18.15 - 19.30 Uhr JUDO Wettkämpfer U10 U12 - U15 Yusuf Güngörmüs Thomas Lorenz Dojo	18.00 - 19.30 Uhr G (ID) – JUDO Florian Sachs Christoph Beier Wegenerhalle
15 Min. Pause	
19.45 - 21.15 Uhr JUDO ab U18 Yusuf Güngörmüs Dojo	19.30 - 21.00 Uhr CAPOEIRA Erwachsene Sabiá Wegenerhalle

Freitag
17.30 - 19.00 Uhr CAPOEIRA Kinder Sabiá Wegenerhalle
17.30 - 19.00 Uhr Selbstverteidigung U12 - U15 Norbert Bergdoll Mario Sneberger Dojo
19.30 - 21.00 Uhr Selbstverteidigung Kempo - JUDO ab U18 Norbert Bergdoll Mario Sneberger Adriano Vasile Dojo

Unsere Altersklassen:

- U6** - Jahrgang 2014 - 2016
- U8** - Jahrgang 2012 - 2013
- U10** - Jahrgang 2010 - 2011
- U12** - Jahrgang 2008 - 2009
- U15** - Jahrgang 2005 - 2007
- U18** - Jahrgang 2002 - 2004
- U21** - Jahrgang 1999 - 2001

Besuchen Sie uns auf:



www.harteck-judo.de



abteilungsleitung@harteck-judo.de



www.facebook.com/harteckhornets

Unsere Trainingshallen:

Dojo „Eliteschule des Sports“
 Knorrstraße 171, 80937 München

Wegenerhalle Bezirkssportanlage
 Wegenerstraße 8, 80937 München

Ittlingerschule Grundschule an der
 Ittlingerstraße 36, 80933 München



