



Trainingstage und -zeiten:

Stand April 2019

Zeit / Tag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
15:30-16.00					
16:00-16.30					
16.30-17.00	BÄREN PRÄ JUDO orange Spitzen		MÄUSE Prä Judo Gelbe Spitzen		FÜCHSE PRÄ Judo bis orange Spitzen
17:00-17:30		SCHÜLERKAMPF MANNSCHAFT Wettkampftraining		SCHÜLERKAMPF MANNSCHAFT Wettkampftraining	
17:30-18:00	NEXT GENERATION Wettkampftraining U10 und U12	Wettkämpfer U12 - U16	LUCHSE Judo bis zum gelben Gurt	Wettkämpfer U12 - U16	MAULWÜRFE Judo bis zum gelben Gurt
18:00-18:30					
18:30-19:00			FIT & FUN Zirkel Workout für alle ab 16	Kampfmansschafttraining ab U14	KADERTRAINING Einzeltermine siehe Kalender!
19:00-19:30	VEREINSRANDORI ab U14	EINZELTRAINING +			
19:30-20:00		ZUSATZTRAINING	FIT & FUN Judo Hobby Gruppe		
20:00-20:30			für alle ab 14 bis 99		
20:30-21:00					

JUDOTEAM SHIAI-DO UNION THERMENREGION

Sportlicher Leiter: Michael MAYERHOFER, 0664/2504349

office@shiaido.at, www.shiaido.at