

Ferien-Trainingsplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
					11:00-13:00 12 Jahre bis Erwachsene BJJ Trainer: Marco
18:00-19:15 Uhr ab 12 Jahren Ju-Jutsu Wettkampf Trainer: Stefan	19:00-20:30 Uhr 12 Jahre bis Erwachsene BJJ	18:30-19:30 Uhr Taekwon-Do Jugend/Erwachsene Trainerin: Simone/Arne	18:00-19:30 Uhr ab 12 Jahren Ju-Jutsu Wettkampf Trainer: Ashot	18:00-19:30 Uhr Kinder/Jugend/Erw Ju-Jutsu Eltern & Kin Technik Trainer: John	18:30-19:30 Uhr Taekwon-Do Jugend/Erwachsene Trainer/in: Arne/Merle
20:00-21:30 Uhr ab 15 Jahren Ju-Jutsu Erwachsene Technik Trainer: Kaj	19:30-21:00 Uhr ab 15 Jahren Free Athletics außer am 02.04. Trainer: Patrick	20:00-21:30 Uhr ab 15 Jahren Ju-Jutsu Erwachsene Technik Trainer: Stefan	19:00-21:00 Uhr 12 Jahre bis Erwachsene BJJ Trainer: Marco & Raoul	20:00-21:30 Uhr ab 15 Jahren Free Athletics außer am 18.04. Trainer: Marcel	19:30-20:00 Uhr Fragestunde

Trainingsstätten:	
Arpenbek-Dojo Am Exerzierplatz 22844 Norderstedt	Sporthalle Aurikelstieg 13 22850 Norderstedt

Geschäftsstelle:
E-Mail: office@kodokan.info Tel.: 040 - 228 539 20 (Anrufbeantworter) Postanschrift: Kodokan e.V. Norderstedt, Postfach 72 26 22831 Norderstedt