

ARGE Judo Baden-Württemberg

Ferientrainingsplan - BSP Sindelfingen

		Uhrzeit		Trainer
Donnerstag	29.07.2021	17.00 - 19.30 Uhr	Stützpunkttraining	Mirko, Rok
Freitag	30.07.2021	Heimtraining	individuelles Training	
Montag	02.08.2021	16:30 - 19:30 Uhr	Kadertraining	Mirko
Dienstag	03.08.2021	18:00 - 20:30 Uhr	Stützpunkttraining	Mirko
Mittwoch	04.08.2021	16.30 - 19:30 Uhr	Kadertraining	Mirko
Donnerstag	05.08.2021	17.00 -19.30 Uhr	Stützpunkttraining	Rok, Mirko
Freitag	06.08.2021		individuelles Training	
Montag	09.08.2021	16:30-19:30 Uhr	Kadertraining	Mirko
Dienstag	10.08.2021	18:00 - 20:30 Uhr	Stützpunkttraining	Janos, Mirko
Mittwoch	11.08.2021	16:30-19:30 Uhr	Kadertraining	Mirko
Donnerstag	12.08.2021	17:00 - 19:30 Uhr	Stützpunkttraining	Mirko
Freitag	13.08.2021		Kraft.-Ausdauer individuell	
Montag	16.08.2021		individuelles Training	
Dienstag	17.08.2021	18:00-20:30 Uhr	Stützpunkttraining	Abde
Mittwoch	18.08.2021	16:30-19:30 Uhr	Kadertraining	Abde
Donnerstag	19.08.2021	17:00-19:30 Uhr	Stützpunkttraining	Abde
Freitag	20.08.2021		individuelles Training	
Montag	23.08.2021		individuelles Training	
Dienstag	24.08.2021	18:00 -20:30 Uhr	Stützpunkttraining	Janos
Mittwoch	25.08.2021	16:30 - 19:30 Uhr	individuelles Training	
Donnerstag	26.08.2021	17:00 - 19:30 Uhr	Stützpunkttraining	Janos
Freitag	27.08.2021		Kraft.-Ausdauer individuell	
Montag	30.08.2021		Kraft.-Ausdauer individuell	
Dienstag	31.08.2021	18:00 - 20:00 Uhr	Stützpunkttraining	Rok
Mittwoch	01.09.2021	16:30 - 21.00 Uhr	Kadertraining	Mirko
Donnerstag	02.09.2021	17.00 - 19.30 Uhr	Jugend-Stützp. Tr	Janos, Rok, Mirko
			Stützpunkttraining	Janos, Rok, Mirko
Samstag	04.09.2021	Deutsche Meisterschaften Frauen und Männer in Stuttgart		
Sonntag	05.09.2021			
Montag	06.09.2021	16.30 - 19:30 Uhr	Kadertraining	Mirko
Dienstag	07.09.2021	18.00 - 21.15 Uhr	Stützpunkttraining	Mirko, Abde
Mittwoch	08.09.2021	16.30 - 19:30 Uhr	Kadertraining	Mirko
Donnerstag	09.09.2021	17:00 - 19:30 Uhr	Stützpunkttraining	Mirko
Freitag	10.09.2021		Kraft.-Ausdauer individuell	
Vormittagstraining und Mo/Fr.-training nur nach Absprache				