

Uhrzeit	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Uhrzeit	
08:00								08:00	
08:15								08:15	
08:30								08:30	
08:45								08:45	
09:00	SAW				SAW			09:00	
09:15									09:15
09:30									09:30
09:45									09:45
10:00						Senioren- Gymnastik >60 a		JUDO 10:00-11:30 Erwachsene + Jugendliche KATA + GP Frank+Nico	
10:15								10:15	
10:30								10:30	
10:45								10:45	
11:00								11:00	
11:15								11:15	
11:30								11:30	
11:45								11:45	
12:00						JU JUTSU 12:00-13:30 Jugendliche + Erwachsene Anfänger + Fortgeschrittene Alexander		12:00	
12:15								12:15	
12:30								12:30	
12:45								12:45	
13:00								13:00	
13:15								13:15	
13:30								13:30	
13:45								13:45	
14:00								14:00	
14:15								14:15	
14:30								14:30	
14:45	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	14:45	
15:00								15:00	
15:15								15:15	
15:30					JUDO 15:30-16:15 Kinder 6 - 12 a Fortgeschrittene, Eva+Ivan			15:30	
15:45								15:45	
16:00								16:00	
16:15	JUDO 16:15-17:00 Kinder 6 - 12 a Fortgeschrittene, Eva+Artjoms	JUDO 16:30-17:45 Jugendliche 10 - 15 a Anfänger+Fortgeschrittene Dennis		JUDO 16:30-17:45 Kinder 6 - 12 a	JUDO 16:30-17:45 Jugendliche 10 - 15 a Anfänger+Fortgeschrittene Marc+Eva			16:15	
16:30								16:30	
16:45								16:45	
17:00								17:00	
17:15	JUDO 17:15-18:30 Jugendliche 10 - 15 a Fortgeschrittene Pierre+Marc			Anfänger+Fortgeschrittene Steffen+Irena	Anfänger+Fortgeschrittene Marc+Eva			17:15	
17:30								17:30	
17:45								17:45	
18:00		JU JUTSU 18:00-19:15 Erwachsene >14 a Anfänger + Fortgeschrittene Rudi	KARATE 18:00-19:15 Jugendliche + Erwachsene Anfänger + Fortgeschrittene Michael & Team	JU JUTSU 18:00-19:15 Jugendliche 8 - 16 a Anfänger + Fortgeschrittene Yusuf / Rudi	KARATE 18:00-19:15 Jugendliche + Erwachsene Anfänger + Fortgeschrittene Michael & Team			18:00	
18:15								18:15	
18:30								18:30	
18:45	JUDO 19:00-20:15 Erwachsene >16 a Anfänger + Fortgeschrittene Norbert / Frank							18:45	
19:00		JUDO 19:30-21:00 Erwachsene >16 a Fortgeschr./Wettk. Stefan S. / Carmen	JUDO 19:30-21:00 Jugendliche >14 a Fortgeschr. Marco	JUDO 19:30-21:00 Erwachsene >16 a Anfänger + Fortgeschrittene Norbert / Frank	Filipino Figh- ting Arts ab 19:30 Erwachsene >18 a Anfänger + Fortgeschrittene Markus			19:00	
19:15								19:15	
19:30								19:30	
19:45								19:45	
20:00								20:00	
20:15								20:15	
20:30	Filipino Figh- ting Arts ab 20:30 Erwachsene >18 a Anfänger + Fortgeschrittene Markus							20:30	
20:45								20:45	
21:00								21:00	
21:15								21:15	
21:30								21:30	
21:45								21:45	
22:00								22:00	
22:15								22:15	

Uhrzeit	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Uhrzeit
08:00								08:00
08:15								08:15
08:30								08:30
08:45								08:45
09:00								09:00
09:15								09:15
09:30								09:30
09:45								09:45
10:00								10:00
10:15								10:15
10:30								10:30
10:45								10:45
11:00								11:00
11:15								11:15
11:30								11:30
11:45								11:45
12:00								12:00
12:15								12:15
12:30								12:30
12:45								12:45
13:00								13:00
13:15								13:15
13:30								13:30
13:45	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	13:45
14:00								14:00
14:15								14:15
14:30								14:30
14:45								14:45
15:00								15:00
15:15								15:15
15:30								15:30
15:45								15:45
16:00								16:00
16:15								16:15
16:30								16:30
16:45								16:45
17:00								17:00
17:15								17:15
17:30								17:30
17:45								17:45
18:00								18:00
18:15								18:15
18:30								18:30
18:45								18:45
19:00								19:00
19:15								19:15
19:30								19:30
19:45								19:45
20:00	JUDO Kata Erwachsene Anke / Verena	SHUAI JIAO Erwachsene Anfänger + Fortgeschrittene Tom			SHUAI JIAO Erwachsene Anfänger + Fortgeschrittene Tom			20:00
20:15								20:15
20:30								20:30
20:45								20:45
21:00								21:00
21:15								21:15
21:30								21:30
21:45								21:45
22:00								22:00
22:15								22:15