

Trainingsplan Sommerferien: 4. Juli – 9. August 2026

Woche 1 KW 28	MONTAG 06. JULI		DIENSTAG 07. JULI		MITTWOCH 08. JULI		DONNERSTAG 09. JULI		FREITAG 10. JULI	
							12:00 Breitensport		09:30 QiGong	
									10:30 Taiji	
									11:00 Taiji Vertiefung	
	17:00 Kinderjudo	NEIN	17:00 Kinderjudo	NEIN	17:00 K&J Randori	NEIN	17:00 Kinderjudo	NEIN	16:00 Piccolo 17:00 Kinderjudo	NEIN
	18:15 Judo Jugend	NEIN	18:15 Judo Breitensport	NEIN	18:15 Fördertraining	Nach Vereinbarung (WhatsApp)	18:15 J&JJ Breitensport	NEIN	18:15 Ju Jitsu Breitensport	JA
Woche 2 KW 29	19:45 Judo Wettkampf Randori	Nach Vereinbarung (WhatsApp)	19:45 Ju Jitsu Breitensport	NEIN	20:00 Kata	NEIN	19:45 Ju Jitsu Fortgeschrittene	NEIN	19:45 Judo Wettkampftechnik	Nach Vereinbarung (WhatsApp)
	MONTAG 13. JULI		DIENSTAG 14. JULI		MITTWOCH 15. JULI		DONNERSTAG 16. JULI		FREITAG 17. JULI	
							12:00 Breitensport		09:30 QiGong	
									10:30 Taiji	
									11:00 Taiji Vertiefung	
	17:00 Kinderjudo	NEIN	17:00 Kinderjudo	NEIN	17:00 K&J Randori	NEIN	17:00 Kinderjudo	NEIN	16:00 Piccolo 17:00 Kinderjudo	NEIN
Woche 3 KW 30	18:15 Judo Jugend	NEIN	18:15 Judo Breitensport	NEIN	18:15 Fördertraining	Nach Vereinbarung (WhatsApp)	18:15 J&JJ Breitensport	NEIN	18:15 Ju Jitsu Breitensport	JA
	19:45 Judo Wettkampf Randori	Nach Vereinbarung (WhatsApp)	19:45 Ju Jitsu Breitensport	NEIN	20:00 Kata	NEIN	19:45 Ju Jitsu Fortgeschrittene	NEIN	19:45 Judo Wettkampftechnik	Nach Vereinbarung (WhatsApp)
	MONTAG 20. JULI		DIENSTAG 21. JULI		MITTWOCH 22. JULI		DONNERSTAG 23. JULI		FREITAG 24. JULI	
							12:00 Breitensport		09:30 QiGong	
									10:30 Taiji	
									11:00 Taiji Vertiefung	
	17:00 Kinderjudo	NEIN	17:00 Kinderjudo	NEIN	17:00 K&J Randori	NEIN	17:00 Kinderjudo	NEIN	16:00 Piccolo 17:00 Kinderjudo	NEIN
	18:15 Judo Jugend	NEIN	18:15 Judo Breitensport	NEIN	18:15 Fördertraining	Nach Vereinbarung (WhatsApp)	18:15 J&JJ Breitensport	NEIN	18:15 Ju Jitsu Breitensport	JA
	19:45 Judo Wettkampf Randori	Nach Vereinbarung (WhatsApp)	19:45 Ju Jitsu Breitensport	NEIN	20:00 Kata	NEIN	19:45 Ju Jitsu Fortgeschrittene	NEIN	19:45 Judo Wettkampftechnik	Nach Vereinbarung (WhatsApp)

Woche 4 KW 31	MONTAG 27. JULI		DIENSTAG 28. JULI		MITTWOCH 29. JULI		DONNERSTAG 30. JULI		FREITAG 31. JULI	
							12:00 Breitensport		09:30 QiGong	
									10:30 Taiji	
									11:00 Taiji Vertiefung	
	17:00 Kinderjudo	NEIN	17:00 Kinderjudo	NEIN	17:00 K&J Randori	NEIN	17:00 Kinderjudo	NEIN	16:00 Piccolo 17:00 Kinderjudo	NEIN
	18:15 Judo Jugend	NEIN	18:15 Judo Breitensport	NEIN	18:15 Fördertraining	Nach Vereinbarung (WhatsApp)	18:15 J&JJ Breitensport	NEIN	18:15 Ju Jitsu Breitensport	JA
19:45 Judo Wettkampf Randori	Nach Vereinbarung (WhatsApp)	19:45 Ju Jitsu Breitensport	NEIN	20:00 Kata	NEIN	19:45 Ju Jitsu Fortgeschrittene	NEIN	19:45 Judo Wettkampftechnik	Nach Vereinbarung (WhatsApp)	
Woche 5 KW 32	MONTAG 03. AUGUST		DIENSTAG 04. AUGUST		MITTWOCH 05. AUGUST		DONNERSTAG 06. AUGUST		FREITAG 07. AUGUST	
							12:00 Breitensport		09:30 QiGong	
									10:30 Taiji	
									11:00 Taiji Vertiefung	
	17:00 Kinderjudo	NEIN	17:00 Kinderjudo	NEIN	17:00 K&J Randori	NEIN	17:00 Kinderjudo (ALLE GRUPPEN)	JA	16:00 Piccolo 17:00 Kinderjudo	NEIN
	18:15 Judo Jugend	NEIN	18:15 Judo Breitensport	JA	18:15 Fördertraining	Nach Vereinbarung (WhatsApp)	18:15 J& JJ Breitensport	JA	18:15 Ju Jitsu Breitensport	JA
19:45 Judo Wettkampf Randori	Nach Vereinbarung (WhatsApp)	19:45 Ju Jitsu Breitensport	JA	20:00 Kata	NEIN	19:45 Ju Jitsu Fortgeschrittene	NEIN	19:45 Judo Wettkampftechnik	Nach Vereinbarung (WhatsApp)	