

**Trainingsplan 2012****TSV Barsinghausen - Sparte Judo & Ju-Jutsu**

Stand: 17.01.2012

<b>Judo</b>	<b>Kleine Sporthalle, KGS Goetheschule (Dojo)</b>			
<b>Trainingsgruppe</b>	<b>Altersgruppe</b>	<b>Tag</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>Trainer/-in</b>
Anfänger	ab 7	Mi	16:30 – 18:00	Gerd Quellmalz, Nils Hartmann
Anfänger und Fortgeschrittene	ab 7	Do	17:30 – 19:00	Jan Sievers / Madita Zimmermann
Fortgeschrittene	ab 7	Di	16:30 – 18:00	Bernadette Rethschulte / Karin Müller
Anfänger und Fortgeschrittene (Mädchengruppe)	ab 10	Di	18:00 – 19:30	Bernadette Rethschulte / Karin Müller
Fortgeschrittene	ab 10	Mo	17:00 – 18:30	Norman Kreuzkamp / Max Winkler
Anfänger und Fortgeschrittene	ab 10	Mi	18:00 – 19:30	Jan Sievers
Anfänger und Fortgeschrittene	ab 12	Mo	18:30 – 20:00	Madita Zimmermann
Breitensport	ab 18	Mo	20:00 – 21:30	Bernadette Rethschulte
Wettkampfvorbereitung U11/U14	ab 8	Fr	<b>17:00 – 18:30</b>	Heiko Zimmermann, einzelne Termine (siehe Terminplan!)
Randori, Kata, Fortgeschrittene	ab 12	Mi	20:00 – 21:30	Nach besonderer Ankündigung
Lehrgänge, Turniere		Sa/So		Nach besonderer Ankündigung

<b>Judo</b>	<b>TSV-Sporthalle am Waldstadion</b>			
<b>Trainingsgruppe</b>	<b>Altersgruppe</b>	<b>Tag</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>Trainer/-in</b>
Spielerisches Judo/„Judo für Kids“	ab 5	Di	15:30 – 16:45	Ines Boltze-Zimmermann
Anfänger	ab 7	Di	16:45 – 18:15	Ines Boltze-Zimmermann / Madita Zimmermann

<b>Ju-Jutsu</b>	<b>Kleine Sporthalle, KGS Goetheschule (Dojo)</b>			
<b>Trainingsgruppe</b>	<b>Altersgruppe</b>	<b>Tag</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>Trainer/-in</b>
Anfänger	8 bis 14	Do	16:00 – 17:30	Teresa Borgwardt
Fortgeschrittene	ab 14 u. Erwachsene	Di	19:30 – 21:30	Kai-Martin Haendel

<b>Trainer/Trainerin</b>	<b>Telefon</b>
Ines Boltze-Zimmermann	05105 – 80 114
Teresa Borgwardt	05105 – 2696
Norman Kreuzkamp	0171 – 85 03 084
Karin Müller	05105 – 3963
Gert Quellmalz	05108 – 92 58 97
Bernadette Rethschulte	05105 – 62 315
Jan Sievers	05105 – 529 821
Max Winkler	0163 – 13 60 752
Heiko Zimmermann	05105 – 4701
Madita Zimmermann	05105 - 80 114

Die Gruppenzuordnung von Neu- und Wiedereinsteigern bitte mit den Trainern abstimmen!

Weitere aktuelle Informationen: [www.ju-ju-ba.de](http://www.ju-ju-ba.de)

Bitte auch auf aktuelle Aushänge im Dojo achten!