

## Belegungsplan Mattenhalle /Judo Ottmarsbocholt

Stand: 03.09.2019

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
8:00-8:30							
08:30 - 09:00				KFD/FBS  Haltung & Bewegung			
09:00 - 09:30		KFD/FBS "Kidix" Eltern-Kind-Kurs	KFD/FBS "Kidix" Eltern-Kind-Kurs				
9:30-10:00							
10:00-10:30							
10:30-11:00							
11:00-11:30							
11:30-12:00							
13:00-14:00						Sondertraining	
14.00 - 14.30							
14.30 - 15.00							
15.00 - 15.30							
15.30 - 16.00							
16.00 - 16.30					Judo 4-5 J mit Svenja		
16.30 - 17.00					Judo 6-8 J mit Svenja		
17.00 - 17.30							
17.30 - 18.00	Kung-Fu ab 16 J. mit Thorsten		Kung-Fu ab 16 J m.Thorsten				
18.00 - 18.30		Judo 7-14 J mit Jan & Jan  Judo ab 14 J mit Jan & Jan		Judo 7-14 J mit Jan & Jan			
18.30 - 19.00	KFD/FBS Wohlfühlgymnastik			Judo ab 14 J mit Jan & Jan			
19.00 - 19.30							
19.30 - 20.00							
20.00 - 20.30							
20.30 - 21.00					Aikido von 8 -90 J mit Jochen		
21.00 - 21.30							
21.30 - 22.00							



