

# Sport-Team Lüneburg e.V.



## Trainingsplan ab 17. November 2017

|       | Montag                                  |                                  |   | Dienstag                               | Mittwoch                               |   |   | Donnerstag   |   | Freitag                                  |
|-------|---|----------------------------------|---|--|--|---|---|--|---|--|
|       | Sporthalle PKL                          | Schlieffenhalle<br>28            | Gymnastik-Raum<br>Grundschule<br>Lüne       | Schlieffenhalle<br>28                  | Sporthalle PKL                         | Schlieffenhalle<br>28                   | Gymnastik-Raum<br>Kreidberg-Halle           | Schlieffenhalle<br>28  | Gemeinschafts-<br>haus<br>Psychiatrische<br>Klink | PKL-Halle                                |
| 15:00 |   |                                  |   |  |  |   |   |  |   | <b>15:00-16:00</b>                       |
| 15:30 |   |                                  |   |  |  |   |   |  |   | Alter 5-7 Jahre<br>Kinderjudo<br>Andreas |
| 16:00 |   |                                  |   | <b>16.00-17.00</b><br>Alter 5-7 Jahre  |  |   |   | <b>16.00-17.00</b><br>Alter 4-6 Jahre                              |   | <b>16:00-17:30</b><br>Alter 5-7 Jahre    |
| 16:30 |   |                                  |   | Kinderjudo U9<br>Tanja                 | <b>16.30-18.30</b><br>Alter 5-12 Jahre |   |   | Krabbeln auf der Matte   |   | Kinderjudo<br>Andreas                    |
| 17:00 |   |                                  |   | <b>17.00-18.30</b><br>Alter 7-12 Jahre | JUDO U9-U12<br>Roger                   |   |   | <b>17.00-18.30</b><br>Alter 7-12 Jahre                             |   |  |
| 17:30 |   |                                  |   | JUDO U12<br>Tanja                      |  |   |   | JUDO U12-U15   |   |  |
| 18:00 |   |                                  |   |  |  |   |   | <b>Oleg</b>  |   | <b>Samstag</b><br>Schlieffen-Halle       |
| 18:30 | <b>18.30-20.00</b><br>Alter 12-21 Jahre |                                  |   | <b>18.30-20.00</b><br>für Alle         | <b>18.30-20.30</b><br>freies Training  | <b>18.00-19.30</b><br>Alter 12-21 Jahre |   | <b>18.30-20.00</b><br>Alter 12-21 Jahre                            |   | <b>14.00-16.00</b>                       |
| 19:00 | JUDO U18-U21<br>Alexander               |                                  |   | Judo-Fitness<br>Andreas                | JUDO U18-M/F<br>Roger                  |   |   | Erwachsene<br>JUDO U15-U21   |   | Box-Work-Out<br>Fred                     |
| 19:30 |   | <b>19.30-21.00</b><br>Jugend U21 |   |  |  | <b>19.30-21.30</b><br>Box-Workout       |   | <b>Oleg</b>  |   |  |
| 20:00 | <b>20.00-21.45</b><br>Breitensport      | Box-Workout<br>Fred              | <b>20.00-21.00</b><br>Line-Dance<br>Claudia |  |  | Jugend/Erw.<br>Fred                     | <b>20.00-22.00</b><br>Tanz-Treff<br>Claudia | <b>20.00-21.30</b><br>JUDO für Menschen<br>mit Behinderung<br>Rolf | <b>20:30-22:00</b><br>Tanz-Treff<br>Claudia       |  |
| 20:30 | JUDO M/F<br>Andreas                     |                                  |   |  |  |   |   |  |   |  |
| 21:00 |   |                                  |   |  |  |   |   |  |   |  |
| 21:30 |   |                                  |   |  |  |   |   |  |   |  |
| 22:00 |   |                                  |   |  |  |   |   |  |   |  |

Kontakt: Tel.: 04131 / 68 44 86 1 oder per E-Mail: [info@sport-team-lueneburg.de](mailto:info@sport-team-lueneburg.de)