

Trainingszeiten für Hennef
Sporthalle der Gesamtschule Meiersheide Hennef
Meiersheide 20, 53773 Hennef

Tag:	Uhrzeit:	Qualifizierung / Zielgruppe:	Trainer:	Altersklasse:
Montag:	16.00-17.15	Anfänger / Wettkampf	Kamen Kasabov	6-10 Jahre
	16.00-17.15	Anfänger / Breitensport	Nils Weberbauer	4-7 Jahre
	17.15-19.00	Fortgeschrittene / Wettkampf	Kamen Kasabov	11-14 Jahre
	19.00-20.45	Fortgeschrittene / Wettkampf	Kamen Kasabov	ab 15 Jahre
Dienstag:	16.00-17.30	Fortgeschrittene / Wettkampf	Kamen Kasabov	7-13 Jahre
	16:00-17:00	Anfänger / Breitensport	Stefan Wernecke	3-6 Jahre
	16:45-18:00	Anfänger / Breitensport	Stefan Wernecke	7-12 Jahre
	18.00-19.30	Kraft-- und Konditionstraining	Kamen Kasabov	ab 14 Jahre
Donnerstag:	14.00-15.30	Judo AG Gesamtschule Hennef	Kamen Kasabov	11-14 Jahre
	17.00-18.30	Anfänger / Breitensport	Stefan Wernecke	6-12 Jahre
	18.30-20.00	Anfänger / Breitensport	Stefan Wernecke	ab 13 Jahre
Freitag:	16.00-17.15	Anfänger / Breitensport	Nils Weberbauer	4-7 Jahre
	17.15-18.30	Anfänger / Breitensport	Julian Patt	7-11 Jahre
	18.15-19.30	Anfänger / Breitensport	Björn Golombek	Erwachsene
	19.00-20.30	Fortgeschrittene / Wettkampf	Kamen Kasabov	offen
Samstag:	10.00-12.00	Anfänger / Breitensport	Björn Golombek / Ignaz Schild	Eltern und Kind