



Vorläufiger Trainingsplan ab 18. Mai 2020

Dojo 2 SC Nippon Bubenbergplatz 8	Räume Parkterrasse 14
Mo, 18.00-19.30 Judo Masaki N. max. 4x4 Tn	Mo, 18.00-19.00 AKB Céline R. / Andrea Z 3x4 Tn
Di, 18.30-20.00 Ju-Jitsu Andreas S. / Ruby W. 2x4 Tn	Di, 13.30-14.30 Nadja N. Di, 18.00-19.15 Kick-Boxing Philippe S. 3x4 Tn
Mi, 18.00-19:30 Judo Masaki N. max. 4x4 Tn	Mi, 18.00-19.00: AKB Céline R. /Andrea Z. 3x4 Tn
Do, 18.30-20.00 Judo / Ju-Jitsu Andreas S. / Ruby W. 2x4 Tn	Do, 17.30-18.30 Fitness Eliane H. 3x4 Tn Do, 19.00-20.15 Kick-Boxing Beni A. 3x4 Tn
Fr, 2020, 18.00-19.30 Judo Masaki N. max. 4x4 Tn	Fr, 19.00-21.00 Kick-Boxing Matthias J.
	Sa, 16.05.2020, 12.15-13:30: AKB Céline R. /Andrea Z. 3x4 Tn

SPORT CENTER
NIPPONBERN

