



Heidelberger Judo Club e.V.



Mühlthalstraße 38 69121 Heidelberg Tel.: (06221) 48 07 07 E-Mail: info@heidelberger-judoclub.de

Trainingsplan Jahreswechsel 2022/2023

Samstag, 24.12.	Sonntag, 25.12.	Montag, 26.12.	Dienstag, 27.12.	Mittwoch, 28.12.	Donnerstag, 29.12.	Freitag, 30.12.
Heilig Abend 	Weihnachtsfeiertag 	Weihnachtsfeiertag 	Judo 18:00 – 19:30			
			Fitness 19:30 – 20:30	BJJ 17:30 – 19:30 open mat	Fitness 18:15 – 19:15	
			Boxen 19:15 – 20:45 (Keller)	Karate 18:00 – 19:30 (Keller)	Aikido 19:30 – 22:00	Karate 19:30 – 21:00

Samstag, 31.12.	Sonntag, 01.01.	Montag, 02.01.	Dienstag, 03.01.	Mittwoch, 04.01.	Donnerstag, 05.01.	Freitag, 06.01.
Silvester 	Neujahr 2023		Judo 18:00 – 19:30		Fitness 18:15 – 19:15	Heilige Drei Könige 
			Fitness 19:30 – 20:30	BJJ 17:30 – 19:30 open mat	Judo 19:30 – 21:00	
			Boxen 19:15 – 20:45 (Keller)	Karate 18:00 – 19:30 (Keller)	Judo 21:00 – 22:00 (Kata)	
			Aikido 20:30 – 22:00		Aikido 19:30 – 22:00	