



Terminübersicht Oktober 2021

Jiu-Jitsu Montag Trainingstage

Montag, 04.10.2021

Montag, 11.10.2021

Montag, 18.10.2021

Jiu-Jitsu Montag Trainingszeiten

1 15:55-16:50

2 16:55-17:35

3 17:40-19:00

4 19:10-21:00

1 - 1.Kindergruppe für 6 – 8 Jahre

2 - Ninja-Gruppe ab 5 Jahre

3 - 2 u. 3. Kindergruppe 8 – 12 Jahre

4 - Jugend / Erwachsene ab 13 Jahre Anfänger und Fortgeschrittene

Jiu-Jitsu Donnerstag Trainingstage

Donnerstag, 07.10.2021

Donnerstag, 14.10.2021

Donnerstag, 21.10.2021

Jiu-Jitsu Donnerstag Trainingszeiten

1 17:40-19:00

2 19:10-21:00

1 - Jugend-Erwachsene ab 13 Jahre Anfänger und ab 10Jahre aus 3.Gruppe

2 - Jugend-Erwachsene ab 13 Jahre Fortgeschrittene

Wer die Beitrittserklärung unterschrieben hat, ist offizielles Mitglied unseres Vereins und kann an jedem für ihn/sie dem Alter entsprechenden Training teilnehmen.

Bei jedem Training sind beim Eingang 5€ zu bezahlen und ein 3-G Nachweis vorzuweisen.

Basistraining Samstag / Sonntag

Trainingszeiten

Samstag, 02.10.2021

Geschicklichkeit / Differenzierung Training

10:00-12:00 Uhr

Samstag, 02.10.2021

Kraft-Ausdauer Training

14:00-16:30 Uhr

Sonntag, 03.10.2021

Kobudo Training Anfänger (Waffentraining)

16:00-18:00 Uhr

Samstag, 09.10.2021

Schnellkraft Training

14:00-16:30 Uhr

Sonntag, 10.10.2021

Koordination / Gleichgewicht Training

10:00-12:00 Uhr

Sonntag, 10.10.2021

Kraft-Ausdauer Training

14:00-16:30 Uhr

Samstag, 23.10.2021

Kraft-Ausdauer Training

14:00-16:30 Uhr

Sonntag, 24.10.2021

Ballkoordination Training

10:00-12:00 Uhr

Sonntag, 24.10.2021

Geschicklichkeit / Differenzierung Training

14:00-16:30 Uhr

Für das Basistraining ersuchen wir um eine Voranmeldung.

Eine Beitrittserklärung muss nicht unterschrieben werden!

Das Training ist für Kinder ab 6 Jahren geeignet und ist auch für Jugendliche und Erwachsene interessant und abwechslungsreich gestaltet.

Bei jedem Training sind beim Eingang 5€ zu bezahlen und ein 3-G Nachweis vorzuweisen.

Bei Interesse um Kontakt unter 0664/4053977 oder jjde@gmx.at

Kobudo-Training im November ab 6 Jahre

Ab November ist für Kinder ab 6 Jahre ein Kobudo-Training geplant. Zu diesem Training muss man sich wie auch bei den Basistrainings gesondert anmelden. Eine Teilnehmergrenze ist derzeit nicht vorgesehen.

Beim Kobudo lernen die Kinder verschiedene Waffen kennen und werden in erster Linie mit dem Kurzstock trainieren. Hier werden sie die richtige Handhabung, als auch wie man sich damit verteidigen kann, gelehrt.

Weitere Informationen finden sich im nächsten Newsletter!