

Judo-Verband Berlin e.V.
Trainingsplan Training mit Team Australia
 13. & 14. Woche 2023

Zeit	Donnerstag 30.03.2023	Freitag 31.03.2023	Samstag 01.04.2023	Sonntag 02.04.2023	Montag 03.04.2023	Dienstag 04.04.2023	Mittwoch 05.04.2023
Lehrgang/Wettkampf							
Vormittag		09:00 - 12:00 Uhr Training Team BE	10:00 - 12:00 Uhr Randori mit AUS	Freizeit	10:00 - 12:00 Uhr Training Team AUS		10:00 - 12:00 Uhr Randori mit AUS
Mittag	Anreise Team AUS	12:00 - 14:00 Uhr Training Team AUS			14:00 - 16:00 Uhr Training Team BE	15:00 - 17:00 Uhr Training Team BE	
Abend	18:30 - 20:30 Uhr Randori mit AUS				17:00 - 19:00 Uhr Randori mit AUS	18:30 - 20:30 Uhr Randori mit AUS	Do Abreise Team AUS

Henry Ballaschk, LT U18 F
 Frank Möller, LT U18 M
 Winston Gordon, OSP-Trainer M

Tel.: +49 (152) 21 65 49 65
 Tel.: +49 (172) 32 41 71 9
 Tel.: +49 (151) 42 01 86 47

E-Mail: henry.ballaschk@judo-verband-berlin.de
 E-Mail: frank.moeller@judo-verband-berlin.de
 E-Mail: wgordon@judobund.de