



Judo Club Basel

Postfach
4010 Basel

Dojo Hirschgässlein 21
4051 Basel
Telefon 061 272 57 08
E-Mail info@judobasel.com
Internet www.judobasel.com

Trainingsplan

Judo Club Basel

MONTAG

17.15–18.45 Judo Schüler 2
19.00–20.30 Judo Erwachsene (Wettkampf)
20.30–22.00 Ju-Jitsu Erwachsene / Einführungskurs

Trainer

M. Tanner / R. Fehr
Trainerteam
M. Beck / A. Weber

DIENSTAG

16.45–18.00 Judo Schüler 1
18.00–19.15 Ju-Jitsu Erwachsene
19.15–20.45 Judo Erwachsene / Einführungskurs
20.45–22.00 Judo Erwachsene (Technik, nach Bedarf)

S. Hasler / A. Sidler
B. Pillonel
C. Zollinger
C. Zollinger

MITTWOCH

14.15–15.30 Judo-Einführungskurs Schüler
15.45–16.45 Binggis-Judo für Kinder im Vorschulalter
17.00–18.00 Judo Schüler 1

M. Fehr / A. Sidler
M. Fehr
W. Pauwels

Trainings des Kantonalkader „Judo beider Basel“

18.00–20.00 Swiss Judo Randori Base (U12/U17 Jg. 96-91) G. Olivieri
10.00–22.00 Swiss Judo Randori Base (U20/U23/Elite Jg. 90-70) S. Campestrin

DONNERSTAG

17.00–18.15 Judo Schüler Anfänger
18.15–19.30 Judo Jugend 1
19.30–21.00 Judo Erwachsene (Technik)
21.00–22.00 Kata (nach Bedarf)

T. Alvarado / C. Wagner
Ch. Fehr / N. Stöckli
Hp. Danzeisen
Hp. Danzeisen

FREITAG

16.30–18.00 Judo Schüler 2
19.00–20.30 Ju-Jitsu Erwachsene / Einführungskurs

M. Eberle / T. Wickli
M. Eichenberger