



JC Wermelskirchen
An
alle Interessierten

Ihre Ansprechpartner:
Jens Harms
Im Rosenacker 10
42929 Wermelskirchen
Telefon: 0177 46 66 783
E-Mail: JCHarms@web.de

Training in den Osterferien 2025

Liebe Judoka,
im Judoclub Wermelskirchen könnt ihr auch in den Osterferien trainieren.
Es gibt also keine Ausrede, nicht mal in den Ferien auf der Matte vorbeizuschauen.

Für die Osterferien gilt folgender reduzierter Trainingsplan für **beide Wochen**:

Dienstag und Donnerstag, 18:00 – 19:15 Uhr,
Judotraining für alle ab 8 Jahren

Dienstag, 19:15 – 20:30 Uhr,
Bodentraining für Wettkämpfer ab U15 und alle Erwachsenen

Mittwoch, 18:15 – 19:15 Uhr,
Fitnessstraining für alle Altersklassen (ohne Judogi)

Donnerstag, 19:15 – 20:30 Uhr,
Technik- und Randoritraining für Wettkämpfer ab U15 und alle Erwachsenen

Bitte begleitet Eure Kinder zum Trainingsraum und warten Sie bis der/die Trainer/in anwesend ist, da das Training ausfällt, wenn weniger als 4 Trainierende daran teilnehmen wollen.

Dienstag, 22. April, 15:00 – 18:00 Uhr,
Jugendaktion Osterhoppeln in Remscheid
Separate Anmeldung erforderlich! (siehe Ausschreibung)

Dieser reduzierte Trainingsplan gilt vom 14.04. bis 25.04.
alle nicht aufgeführten Einheiten entfallen in dieser Zeit!

Wir wünschen Euch allen ein frohes Osterfest
Herzliche Grüße
JCWK-Trainerteam

JC Wermelskirchen e.V.
1. Vorsitzende: Kerstin Hartmann
Anschrift: Hüngrer 39, 42929 Wermelskirchen
Tel: (02196) 739421
E-Mail: kerstin@jcwk.de
Internet: <http://www.jcwk.istcool.de>
Eingetragen im Vereinsregister beim Amtsgericht Wermelskirchen, Nr VR 441

„Das kann ich mir unmöglich merken...!“
„Kein Problem, dafür gibt's:
judo-wk.de“



JC Wermelskirchen
An
alle Interessierten

Ihre Ansprechpartner:
Jens Harms
Im Rosenacker 10
42929 Wermelskirchen
Telefon: 0177 46 66 783
E-Mail: JCHarms@web.de

Training in den Osterferien 2025

Liebe Judoka,
im Judoclub Wermelskirchen könnt ihr auch in den Osterferien trainieren.
Es gibt also keine Ausrede, nicht mal in den Ferien auf der Matte vorbeizuschauen.

Für die Osterferien gilt folgender reduzierter Trainingsplan für **beide Wochen**:

Dienstag und Donnerstag, 18:00 – 19:15 Uhr,
Judotraining für alle ab 8 Jahren

Dienstag, 19:15 – 20:30 Uhr,
Bodentraining für Wettkämpfer ab U15 und alle Erwachsenen

Mittwoch, 18:15 – 19:15 Uhr,
Fitnessstraining für alle Altersklassen (ohne Judogi)

Donnerstag, 19:15 – 20:30 Uhr,
Technik- und Randoritraining für Wettkämpfer ab U15 und alle Erwachsenen

Bitte begleitet Eure Kinder zum Trainingsraum und warten Sie bis der/die Trainer/in anwesend ist, da das Training ausfällt, wenn weniger als 4 Trainierende daran teilnehmen wollen.

Dienstag, 22. April, 15:00 – 18:00 Uhr,
Jugendaktion Osterhoppeln in Remscheid
Separate Anmeldung erforderlich! (siehe Ausschreibung)

Dieser reduzierte Trainingsplan gilt vom 14.04. bis 25.04.
alle nicht aufgeführten Einheiten entfallen in dieser Zeit!

Wir wünschen Euch allen ein frohes Osterfest
Herzliche Grüße
JCWK-Trainerteam

JC Wermelskirchen e.V.
1. Vorsitzende: Kerstin Hartmann
Anschrift: Hüngrer 39, 42929 Wermelskirchen
Tel: (02196) 739421
E-Mail: kerstin@jcwk.de
Internet: <http://www.jcwk.istcool.de>
Eingetragen im Vereinsregister beim Amtsgericht Wermelskirchen, Nr VR 441

„Das kann ich mir unmöglich merken...!“
„Kein Problem, dafür gibt's:
judo-wk.de“