



Training in den Sommerferien 2025

Im Judoclub Wermelskirchen könnt ihr in allen Altersklassen durchgängig trainieren.
In den Sommerferien gilt jedoch wie immer ein reduzierter Trainingsplan:

*Bitte begleitet eure Kinder in das Sportkarree und wartet bis der/die Trainer/in anwesend ist,
da das Training ausfällt, wenn weniger als 4 Trainierende daran teilnehmen wollen.*

Küken- und Waschbärentraining

für Kinder von 3 bis 7 Jahren

Donnerstag, 16:30 – 17:30 Uhr

Spiel-, Spaß- und Techniktraining

für Kinder ab 7 Jahren

Dienstag und Donnerstag, 18:00 – 19:15 Uhr

Technik- und Randorittraining

für Jugendliche ab 13 Jahren und Erwachsene

Dienstag und Donnerstag, 19:15 – 20:30 Uhr

Fitnessstraining

für Jugendliche ab 13 Jahren und Erwachsene (*ohne Judogi*)

Mittwoch, 18:15 – 19:15 Uhr

Es sind auch herzlich Gäste aus anderen Vereinen eingeladen!

Dieser reduzierte Trainingsplan gilt vom 08.07. bis 20.08.2024

Wir wünschen Euch allen eine schöne Sommerzeit.

Herzliche Grüße
JCWK-Trainerteam

Alle Infos auch hier:
www.Judo-wk.de