



Web: bchemsbach.de
 Socialmedia: facebook.com/bchemsbach
 instagram.com/bchemsbach
 Telefon: 06201 44175 (Dojo)
 eMail: mail@bchemsbach.de

TRAININGSPLAN 2026

Budo Club Hemsbach e.V.
 [Stand: 2026-JAN-31]



UHRZEIT	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	
09:00			09:00 bis 10:30			
09:15			BRAZILIAN JIUJITSU (BJJ) Erwachsene <i>Jel Monteiro</i>			
09:30						
09:45						
10:00						
10:15						
15:00					15:00 bis 16:00	
15:15					JUDO-Minis 4 - 6 Jahre (windelfrei) <i>Maraike Schädler</i> <i>Sophia Kaiser</i>	
15:30						
16:00	16:00 bis 17:00	16:00 bis 17:30	16:00 bis 17:00		16:00 bis 17:30	
16:15	AIKIDO Aikikids 7 - 10 Jahre <i>Sonia Frank-Luron</i>	JUDO-Midis 6-9 Jahre <i>Céline Seifert</i> <i>Dominik Riedel</i>	JUDO-Midis 6-9 Jahre <i>Robert Heberlein</i> <i>Sophia Kaiser</i>		JUDO-Midis 6-9 Jahre <i>Maraike Schädler</i> <i>Sophia Kaiser</i> <i>(Seline Henn)</i>	
16:30						
16:45						
17:00						
17:15						
17:30	17:30 bis 19:00			17:30 bis 19:00		
17:45	JUDO-Maxis 9-13 Jahre <i>Dominik Riedel</i> <i>Céline Seifert</i>			JUDO-Maxis 9-13 Jahre <i>Céline Seifert</i>		
18:00			18:00 bis 19:30			
18:15			FITNESS Bodenkampf, Fitness, Zirkeltraining <i>Julien Ritter</i>			
18:30						
18:45						
19:00	19:00 bis 21:00		18:45 bis 20:15	19:00 bis 21:00		
19:15	JUDO-Erwachsene ab 14 Jahre <i>Dominik Riedel</i>		OPEN GYM Freies Training für alle Mitglieder ab 16 Jahre <i>David Falter</i>	JUDO-Erwachsene ab 14 Jahre <i>Dieter Wiggershaus</i> <i>Michael Matt</i>		
19:30						
19:45						
20:00			20:00 bis 22:00			
20:15	JU-JUTSU Erwachsene <i>Markus Stay</i>				20:00 bis 21:30	
20:30					JU-JUTSU Erwachsene (ab 14 Jahre) <i>Andreas Gnlika</i>	
20:45						
21:00						
21:15						
21:30						
21:45						