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-SEP-30]

UHRZEIT	MONTAG		DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
09:00				09:00 bis 10:00		
09:15				**BRAZILIAN JIUJITSU (BJJ)** **Erwachsene** *Jel Monteiro*		
09:30						
09:45						
10:00						
10:15						
15:00						15:00 bis 16:00
15:15						
15:30						**JUDO-Minis** **4 - 6 Jahre (windelfrei)** *Maraike Schädler* *Sophia Kaiser*
15:45						
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** *Sonia Frank-Luron*	**JUDO-Midis** **6-9 Jahre** *Céline Seifert* *Dominik Riedel*		**JUDO-Midis** **6-9 Jahre** *Robert Heberlein* *Sophia Kaiser*		**JUDO-Midis** **6-9 Jahre** *Maraike Schädler* *Sophia Kaiser* *(Seline Henn)*
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** *Dominik Riedel* *Céline Seifert*			**JUDO-Maxis** **9-13 Jahre** *Céline Seifert*		
18:00						
18:15						
18:30						
18:45				18:45 bis 20:15		
19:00	19:00 bis 21:00		19:00 bis 20:00		19:00 bis 21:00	
19:15	**JUDO-Erwachsene** **ab 14 Jahre** *Dominik Riedel*		**OPEN GYM** **Freies Training für alle Mitglieder** **ab 16 Jahre** *David Falter*	**JUDO-Erwachsene** **Freizeitsport** *Alfred Flörchinger*	**JUDO-Erwachsene** **ab 14 Jahre** *Dieter Wiggershaus* *Michael Matt*	
19:30						
19:45						
20:00			20:00 bis 22:00			20:00 bis 21:30
20:15			**JU-JUTSU** **Erwachsene** *Markus Stay*			**JU-JUTSU** **Erwachsene (ab 14 Jahre)** *Andreas Gnilka* (nach Absprache)
20:30						
20:45						
21:00						
21:15						
21:30						
21:45						