

Wo wird trainiert ?

TSG-Sportforum:

Billwerder Billdeich 607, 21033 Hamburg

Schule Margit-Zinke-Straße:

Margit-Zinke-Straße 7-11, 21035 Hamburg

Schule Spieringstraße:

Spieringstraße 1, 21029 Hamburg

Schule Sanderstraße:

Sader Straße 11, 21029 Hamburg

Wohin mit Fragen ?

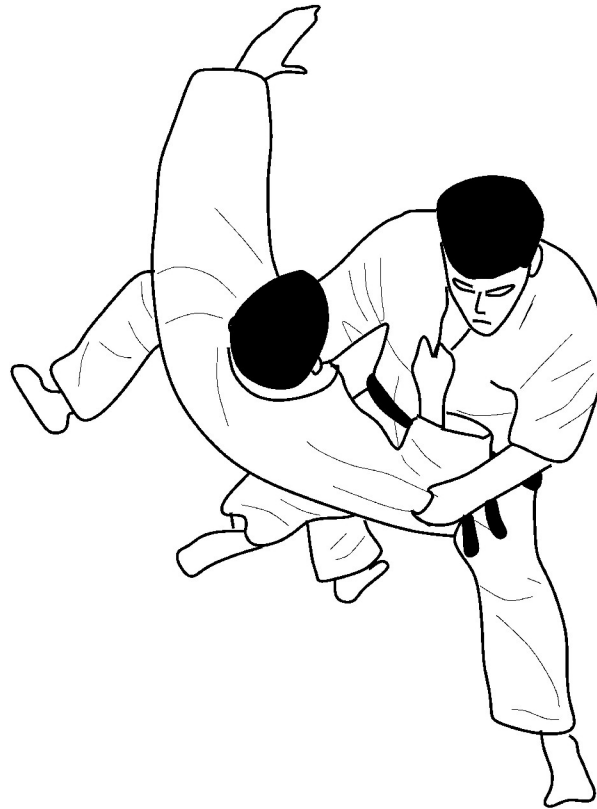
Leitung:

Sabine Lucas

Tel: 040/7358346

Mail: judo@jgs-hamburg.de

WWW: www.jgs-hamburg.de



Stand 08.09.2011

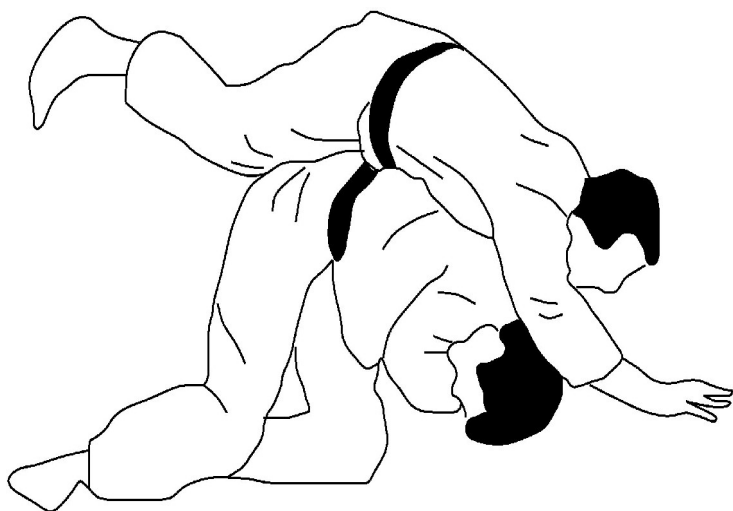


Judo

Judo

... ist fairer Umgang miteinander

- bei uns ab 5 Jahren
- Baut Kraft, Kondition und Körperbeherrschung auf
- fördert Disziplin und Fairness
- stärkt Selbstbewusstsein und Gemeinschaftsgefühl
- als Breiten- oder Leistungssport



Trainingszeiten

Tag	Uhrzeit	Alter	Anfänger	Fortgeschrittene	Wettkampft raining	Trainingsort	Trainer
Montag:	14:30-15:30	5-7	•			TSG-Sportforum	Meike
	15:30-17:00	8-10		•	•	TSG-Sportforum	Siegfried
	17:00-18:30	11-13		•	•	TSG-Sportforum	Siegfried
	17:00-18:30	5-10	•	•		Margit-Zinke-Straße	Christina
	18:30-20:00	14-16		•	•	TSG-Sportforum	Siegfried
	20:00-21:30	Erwachsene		•	•	TSG-Sportforum	Florian
Dienstag:	14:30-16:00	5-10	•			Sanderstraße	Florian
	15:30-17:00	8-10	•	•	•	TSG-Sportforum	Sabine
	17:00-18:30	11-13	•	•	•	TSG-Sportforum	Sabine
Mittwoch:	16:30-17:30	5-7	•			TSG-Sportforum	Tobias
	17:00-18:30	8-13	•	•		Spieringstraße	Bernd
	18:30-20:00	14-16	•	•		Spieringstraße	Bernd
	18:30-20:00	Erwachsene		•	•	TSG-Sportforum	Florian
Donnerstag:	14:30-15:30	5-7	•			TSG-Sportforum	Meike
	15:30-17:00	8-10	•			TSG-Sportforum	Meike
	15:30-17:00	8-10		•	•	TSG-Sportforum	Siegfried
	17:00-18:30	11-13		•	•	TSG-Sportforum	Siegfried
	17:00-18:30	5-7	•			Spieringstraße	Margitta
	18:30-20:00	14-16		•	•	TSG-Sportforum	Siegfried
	20:15-21:45	Erwachsene	•	•		TSG-Sportforum	Jörg
	20:15-21:45	Erwachsene	•	•		TSG-Sportforum	Jörg
Freitag:	14:30-15:30	5-7	•			TSG-Sportforum	Sabine
	15:30-17:00	5-10	•			Sanderstraße	Florian
	15:30-17:00	11-13	•	•	•	TSG-Sportforum	Sabine
	20:00-21:30	Erwachsene	•	•		TSG-Sportforum	Lars

Judo Gemeinschaft Sachsenwald
in der TSG Bergedorf

www.jgs-hamburg.de