

# reduzierter Übergangs-Trainingsplan wegen Corona

beim **Budo-Club Ismaning e.V.**

Weitere Infos unter: <http://www.budo-club-ismaning.de/>



Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
15:30				Judo - Zwerge <small>optional</small> 15:30 - 16:30	
16:00					
16:30	gehen	gehen	gehen	gehen	gehen
17:00	Kumdo / Kummooyeh Kinder 17:00 – 18:00 Bernhard Fiegl	Aikido Kinder und Jugend 17:00 – 18:00 Ulrike Blümel	Judo Kinder 17:00 – 18:00 Dirk Döring#	Tang Soo Do Kinder und Jugend 17:00 – 18:00 Christl Guggenberger	Judo Kinder + Integrativ 17:00 – 18:00 Annette Wambsganz
17:30					
18:00	gehen	gehen	gehen	gehen	gehen
18:30	Kumdo / Kummooyeh bzw. Bujinkan Ninjutsu Jugend / Erwachsene 18:30 – 19:30 B. Fiegl bzw. T. Schwarz	Tang Soo Do Jugend und Erwachsene 18:30 – 19:30 Manfred Knürr	Bujinkan Ninjutsu Erwachsene 18:30 – 19:30 Thorsten Schwarz	Tang Soo Do Jugend und Erwachsene 18:30 – 19:30 Manfred Knürr	Judo Jugend und Erwachsene 18:30 – 19:30 Max Sonner
19:00					
19:30	gehen	gehen	gehen	gehen	gehen
20:00	Aikido Erwachsene 20:00 – 21:00 Kevin Russ	Kumdo / Kummooyeh Jugend und Erwachsene 20:00 – 21:00 Bernhard Fiegl	Tenshinsho-den Katori Shinto-ryu 20:00 – 21:00 Kevin Russ	Aikido 20:00 – 21:00 Martin Blümel	Kumdo / Kummooyeh bzw. Bujinkan Ninjutsu Erwachsene 20:00 – 21:00 B. Fiegl bzw. T. Schwarz
21:00					