

## Trainingsplan Sommerferien 2025 (gültig vom 14.07.2025 bis 26.08.2025)

Tag	Zeit	Gruppe	Verantwortlicher
Montags	16:30 bis 17:30	Kinder Tigergruppe 3 bis 5 Jahre und Drachengruppe (5 bis 7 Jahre) <b>(bis 11.08.2025)</b>	Sadettin Özdemir
	18:00 bis 20:30	freies Training	S.Özdemir, M.Balduin
Dienstag	16:30 bis 19:00	Zweikampf / Formen	Luan Hiseni (nach Absprache)
	19:00 bis 21:30	Fitness / Mobility X	Michael Balduin
Mittwoch	16:30 bis 18:30	Zweikampf / Formen	Luan Hiseni (nach Absprache)
Donnerstag	17:00 bis 18:30	Familientraining	Sadettin Özdemir, ab 07.08.2025 Fredi Spiertz
	<b>&amp; ab 07.08.2025</b> 18:30 bis 20:30	<b>Kinder Drachengruppe 5 bis 7 Jahre</b> freies Training	S.Özdemir, M.Balduin
Freitag	18:00 bis 20:00	Zweikampf / Formen	Luan Hiseni (nach Absprache)
Samstag	14:00 bis 16:00	freies Training <b>ab 09.08.2025 Mobility Halle B (nach Absprache)</b>	Michael Balduin Fredi Spiertz

Bei Fragen zum Training bitte die ausgewiesenen verantwortlichen Trainer kontaktieren.

Wir behalten uns vor, das Training bei unvorhergesehenen Ereignissen kurzfristig abzusagen.  
Bitte auf Hinweise und Mitteilungen auf unserer Website und der Klubraum – App achten!