



DJK Adler 07 Bottrop e.V.

Abt. JUDO

www.judoadler-bottrop.de

Mehr Bewegung für alle

Wer die JUDO-ADLER kennen lernen möchte, ist herzlich willkommen.



Unsere Trainingszeiten:

Montag

15.00 - 16.00 Uhr

Aula Albert Schweizer Schule / Dojo

Mutter-Kind-Turnen (nur mit Anmeldung !)

16:10 - 17:10 Uhr

Mutter-Kind-Turnen (nur mit Anmeldung !)

17.30 - 19.00 Uhr

Judo U9/U12/U15

19.00 - 20.30 Uhr

Judo U18/21/Senioren

Dienstag

10.00 - 11.00 Uhr

Aula Albert Schweizer Schule / Dojo

Mutter-Kind-Turnen/Anmeldung erforderlich!

15.30 - 17.00 Uhr

Dieter-Renz-Halle / Dojo

Kinderturnen „Kleine Adler“ 3-6 Jahre

17.00 - 18.00 Uhr

Abenteuersport (Halle 3 / 6-12 Jahre)

17.00 - 18.30 Uhr

Judo U9/U12 **Anfänger** (ab weiß- Gurt)

18.30 - 20.00 Uhr

Judo U12/U15 Techniktraining

20.00 - 21.30 Uhr

Judo Senioren Techniktraining

Mittwoch

17.15 - 18.45 Uhr

Aula Albert Schweizer Schule / Dojo

Judo U9/U12 **Anfänger** (ab weiß -Gurt)

15.45 - 17.00 Uhr

Halle Welheim / Hallenbad

Kinderturnen „Kleine Adler“ 3-6 Jahre

Donnerstag

19.00 - 20.30 Uhr

Aula Albert Schweizer Schule / Dojo

Judo U18/U21 / Senioren

Freitag

17.30 - 19.00 Uhr

Aula Albert Schweizer Schule / Dojo

Judo Wettkampftraining U9/U12/U15

Samstag

10.00 - 11.30 Uhr

Aula Albert Schweizer Schule / Dojo

Judo Gürtelprüfungsvorbereitung

Sind Fragen offen, ruft an.

Ellen Euwens 02041/766695 oder 0173/3115284.

Aula Albert Schweizer Schule / Dojo

Halle Welheim über dem Hallenbad

Dieter Renz Halle / Halle 3 / Dojo 1

→ **Prosperstraße 95**

→ **Welheimer Straße 64**

→ **Hans Böckler Straße 60**