



Moderne Selbstverteidigung, Sport, Wettkampf, Fitness

IM BUSHIDO SCHÖNEBECK

..kommen, schauen, Probetraining und sich überzeugen..



**Ablaufplan Trainingslager Arendsee
vom 06.09.2019 - 08.09.2019**

<u>Zeit</u>	<u>Trainingseinheiten</u>	<u>Ort</u>	<u>Verantwortlicher Trainer</u>
Freitag 06.09.2019			
17:00 - 18:00 Uhr	Anreise		
18:30 - 19:30 Uhr	Abendessen	Speiseraum	
19:45 - 20:00 Uhr	Begrüßung	Turnhalle	Helmut Lubitz
20:00 - 20:15 Uhr	Einweisung Ablaufplan	Turnhalle	Frank Simon
20:45 - 21:45 Uhr	Ausdauerinheit Leistungsgruppe und SV Gruppe	Turnhalle	Helmut Lubitz
20:45 - 21:30 Uhr	Kindergruppe 2	Aktivhaus / Außengelände	Mathias Beifeld Nico Drogan
22:00 Uhr	Nachtruhe für alle Kinder unter 18 Jahren		Trainer und Eltern