

**Trainingsplan Filiale Dojo Emmenbrücke**  
Ober-Kapf 1A



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
				<b>16.30-17.30</b> <b>Judo Kinder</b> (4-6 Jahre) Marco Limacher		
		<b>17.50-18.50</b> <b>Judo Kinder + Schüler</b> (bis 10 Jahre) Marco Limacher		<b>17.35-18.35</b> <b>Judo Schüler</b> (7-10 Jahre) Marco Limacher		
		<b>19.00-20.00</b> <b>Judo Jugend</b> (11-15 Jahre) Marco Limacher		<b>18.40-19.40</b> <b>Judo Jugend</b> (11-15 Jahre) Marco Limacher		