



NWJV- ONLINE-GESAMTPLAN



2. Staffel // 26.04.-02.05.2021

// TRAININGS-ANGEBOTE FÜR ALLE ALTERSKLASSEN

→ Anmeldung zum Online-Training für alle Altersklassen bei anmeldung@nwjv.de

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

ONLINE

19:00-20:00

Für Jugendliche und Erwachsene

Taiso-Tuesday

Fitness-Tipps und Kicks
mit Atemi-Techniken mit
Carsten Stiller

ONLINE

17:00-18:00

Judo & Athletik
mit Jens Malwany

ONLINE

13:00-14:00

Judo & Ausdauer
mit Stefan Heister

// SONSTIGE ANGEBOTE DES NWJV

→ Weitere Informationen zur Anmeldung auf www.nwjv.de (Anmeldung Online-Austausch bei angafa.nwjv@nwjv.de)

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

ONLINE

10:00-11:00

Online-Austausch für Judoka
und Vereine

(Themenübersicht finden ihr
auf www.nwjv.de)