

## Trainingszeiten Judoabteilung Stella Bevergern (Stand Februar 2025)

Zeit	Gruppe	Trainer/in	Dojo/Sporthalle
<b>Montag</b>			
16:30-17:30	Anfänger (5-10 Jahre)	<b>Paulina, Jan</b>	Hörstel unten
18:00-19:00	Krafttraining	<b>Malin, Sophie</b>	Hörstel oben
18:00-19:10	U12-Wettkampfgruppe	<b>Marc</b>	Hörstel unten
19:15-20:30	U15-Wettkampfgruppe	<b>Marc, Dirk</b>	Hörstel unten
19:00-20:30	Stella Kader (Technik)	<b>Klaus</b>	Hörstel oben
<b>Dienstag</b>			
07:00-08:00	„Nullte Stunde“	<b>Irina, Malin</b>	Hörstel oben
16:30-17:30	Anfänger (5-10 Jahre)	<b>Darleen, Greta</b>	Fit Aktiv Halle (Dreierwalde)
17:45-19:15	U11-Gruppe	<b>Darleen, Jonas</b>	Hörstel oben
19:00-20:30	Ü30-Gruppe/Anfänger Erwachsene	<b>Dirk</b>	Hörstel unten
<b>Mittwoch</b>			
15:30-16:30	Anfänger (5-10 Jahre)	<b>Keiko, Simon E., Mia</b>	Turnhalle (Bevergern)
16:40-17:45	U11-Gruppe	<b>Kirsten, Simon E., Mia</b>	Turnhalle (Bevergern)
16:45-17:45	Anfänger (5-10 Jahre)	<b>Keiko, Sophie, Simon G.</b>	Hörstel unten
17:45-18:45	Krafttraining	<b>Malin</b>	Hörstel oben
19:00-20:30	Wettkampf Erwachsene	<b>Klaus</b>	Hörstel unten
<b>Donnerstag</b>			
16:30-17:30	Anfänger (5-10 Jahre)	<b>Keiko, Jens, Lukas</b>	Hörstel oben
17:30-18:55	Anfänger (ab 9 Jahre)	<b>Oliver, Nick, Ben</b>	Hörstel unten
19:00-20:30	U15+Gruppe	<b>Oliver, Lucas</b>	Hörstel unten
<b>Freitag</b>			
17:00-18:30	U12-Wettkampfgruppe	<b>Irina, Dirk, Matthias</b>	Hörstel oben
17:30-18:45	Anfänger (5-10 Jahre)	<b>Keiko, Enno, Tobias</b>	Grüne Halle (Riesenbeck)
17:30-19:00	Stella Kader (Technik)	<b>Klaus</b>	Hörstel unten
19:00-20:30	U15-Stützpunktraining	<b>Irina, Keiko</b>	Grüne Halle (Riesenbeck)

**Bei den Anfängergruppen ist eine Voranmeldung bei der Judoabteilung erforderlich per E-Mail ([judo@stella-bevergern.de](mailto:judo@stella-bevergern.de)) oder übers Kontaktformular.**

### Adressen der Sporthallen:

- Harkenberg-Sporthalle, Westfalenstraße 11, 48477 Hörstel
- Fit Aktiv Halle, Knüwenstraße 7, 48477 Dreierwalde
- Grüne Halle, Im Vogelsang 15, 48477 Riesenbeck
- Turnhalle Bevergern, Dechant-Freude-Weg 1, 48477 Bevergern