

Judostundenplan der DJK Dülmen

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
15:00		Judo 5-7	Judo AG	Judo 5-7	
15:30			Paul		
16:00			Gerhardt		
16:30		G-Judo	Schule		
17:00	Mädchen	Karthaus		Judo 5-7	
17:15			Judo U13/U15	Judo U11	
17:30	U9				
18:00	U11				Judo Senioren
18:30	U13				Breitensport
19:00		Judo U18/			
19:30		Senioren			
20:00		Wettkampf			Judo Spezial
20:30					Termine erfragen
21:00					
21:30					

Das Training in der DJK gliedert sich in erster Linie nach der offiziellen Altersstruktur des Deutschen und Nordrhein-Westfälischen Judo Bundes. So beginnen wir bereits im Alter von 5 Jahren in drei Gruppen. Sind die Kinder 8 Jahre alt, so wechseln sie in die U11. Werden sie 12 Jahre alt, so ist die U13/U15 die nächste Trainingsmöglichkeit. Damit besteht für jeden die Chance altersentsprechend zu trainieren.

Mädchen haben allerdings die Möglichkeit altersübergreifend in einer eigenen Gruppe zu trainieren. Diese wird von zwei erfahrenen Danträgerinnen geleitet.

Alle diese Trainingseinheiten finden in der Turnhalle der Augustinusschule an der Sendenerstrasse statt.

Die G-Judoka des Anna-Katharinen-Stiftes trainieren in der Turnhalle des Stiftes auf der Karthaus.

Die Judo-AG der Paul-Gerhardt-Schule findet in der dortigen Turnhalle statt und ist nur für Schüler der Schule zugelassen.