

Jahresplan Judo Club Nippon St.Gallen 2024

Januar	Februar	März	April	Mai	Junli	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
1 Mo	1 Do	1 Fr	1 Mo	1 Mi	1 Sa	1 Mo	1 Do	1 So	1 Di	1 Fr	1 So
2 Di	2 Fr	2 Sa	2 Di	2 Do	2 So	2 Di	2 Fr	2 Mo	2 Mi	2 Sa	2 Mo
3 Mi	3 Sa	3 So	3 Mi	3 Fr	3 Mo	3 Mi	3 Sa	3 Di	3 Do	3 So	3 Di
4 Do	4 So	4 Mo	4 Do	4 Sa	4 Di	4 Do	4 So	4 Mi	4 Fr	4 Mo	4 Mi
5 Fr	5 Mo	5 Di	5 Fr	5 So	5 Mi	5 Fr	5 Mo	5 Do	5 Sa	5 Di	5 Do
6 Sa	6 Di	6 Mi	6 Sa	6 Mo	6 Do	6 Sa	6 Di	6 Fr	6 So	6 Mi	6 Fr
7 So	7 Mi	7 Do	7 So	7 Di	7 Fr	7 So	7 Mi	7 Sa	7 Mo	7 Do	7 Sa
8 Mo	8 Do	8 Fr	8 Mo	8 Mi	8 Sa	8 Mo	8 Do	8 So	8 Di	8 Fr	8 So
9 Di	9 Fr	9 Sa	9 Di	9 Do	9 So	9 Di	9 Fr	9 Mo	9 Mi	9 Sa	9 Mo
10 Mi	10 Sa	10 So	10 Mi	10 Fr	10 Mo	10 Mi	10 Sa	10 Di	10 Do	10 So	10 Di
11 Do	11 So	11 Mo	11 Do	11 Sa	11 Di	11 Do	11 So	11 Mi	11 Fr	11 Mo	11 Mi
12 Fr	12 Mo	12 Di	12 Fr	12 So	12 Mi	12 Fr	12 Mo	12 Do	12 Sa	12 Di	12 Do
13 Sa	13 Di	13 Mi	13 Sa	13 Mo	13 Do	13 Sa	13 Di	13 Fr	13 So	13 Mi	13 Fr
14 So	14 Mi	14 Do	14 So	14 Di	14 Fr	14 So	14 Mi	14 Sa	14 Mo	14 Do	14 Sa
15 Mo	15 Do	15 Fr	15 Mo	15 Mi	15 Sa	15 Mo	15 Do	15 So	15 Di	15 Fr	15 So
16 Di	16 Fr	16 Sa	16 Di	16 Do	16 So	16 Di	16 Fr	16 Mo	16 Mi	16 Sa	16 Mo
17 Mi	17 Sa	17 So	17 Mi	17 Fr	17 Mo	17 Mi	17 Sa	17 Di	17 Do	17 So	17 Di
18 Do	18 Mo	18 Di	18 Do	18 Sa	18 Di	18 Do	18 So	18 Mi	18 Fr	18 Mo	18 Mi
19 Fr	19 Mo	19 Di	19 Fr	19 So	19 Mi	19 Fr	19 Mo	19 Do	19 Sa	19 Di	19 Do
20 Sa	20 Di	20 Mi	20 Sa	20 Mo	20 Do	20 Sa	20 Di	20 Fr	20 So	20 Mi	20 Fr
21 So	21 Mi	21 Do	21 So	21 Di	21 Fr	21 So	21 Mi	21 Sa	21 Mo	21 Do	21 Sa
22 Mo	22 Do	22 Fr	22 Mo	22 Mi	22 Sa	22 Mo	22 Do	22 So	22 Di	22 Fr	22 So
23 Di	23 Fr	23 Sa	23 Di	23 Do	23 So	23 Di	23 Fr	23 Mo	23 Mi	23 Sa	23 Mo
24 Mi	24 Sa	24 So	24 Mi	24 Fr	24 Mo	24 Mi	24 Sa	24 Di	24 Do	24 So	24 Di
25 Do	25 So	25 Mo	25 Do	25 Sa	25 Di	25 Do	25 So	25 Mi	25 Fr	25 Mo	25 Mi
26 Fr	26 Mo	26 Di	26 Fr	26 So	26 Mi	26 Fr	26 Mo	26 Do	26 Sa	26 Di	26 Do
27 Sa	27 Di	27 Mi	27 Sa	27 Mo	27 Do	27 Sa	27 Di	27 Fr	27 So	27 Mi	27 Fr
28 So	28 Mi	28 Do	28 So	28 Di	28 Fr	28 So	28 Mi	28 Sa	28 Mo	28 Do	28 Sa
29 Mo	29 Do	29 Fr	29 Mo	29 Mi	29 Sa	29 Mo	29 Do	29 So	29 Di	29 Fr	29 So
30 Di		30 Sa	30 Di	30 Do	30 So	30 Di	30 Fr	30 Mo	30 Mi	30 Sa	30 Mo
31 Mi		31 So		31 Fr		31 Mi		31 Sa	31 Do		31 Di

Tag	Training	Trainer	Zeit
MO	Judo Kinder Fortgeschrittene	Simon Goldiger, Marcel Bühler	17.30 - 18.30
	Konditionstraining Erwachsene	Marcel Bühler	19.45 - 20.45
DI	Judo Kinder Fortgeschrittene	Benjamin Hofacker	17.00 - 18.00
	Judo Wettkampf RLZ	Guillermo Figueroa, Carlo Studerus	18.15 - 20.00
MI	Judo Kinder Anfänger	Peter Ehrlich, Natascha Sanchez	16.30 - 17.30
	Judo Kinder Wettkampf	Marco Peter	17.30 - 19.00
DO	Judo Erwachsene Breitensport	Natascha Sanchez, Sandro Sanchez	19.30 - 20.30
	Judo Kinder Fortgeschrittene	Manuela Peter	17.00 - 18.00
	Judo Technik RLZ	Guillermo Figueroa	18.15 - 20.00
FR	Judo Kinder Anfänger	Oliver Naumann	16.45 - 17.45
	Judo Erwachsene Wettkampf	Guillermo Figueroa, Oliver Naumann	18.15 - 20.00
SA	Konditionstraining Erwachsene	Marco Peter	10.00 - 11.00

Kat.	Jahrgang	Coaches
U11	2014, 2015, 2016	Marco Peter, Oliver Naumann
U13	2012, 2013	Marco Peter, Oliver Naumann
U15	2010, 2011	Marco Peter, Oliver Naumann
U18	2007, 2008, 2009	Carlo Studerus, Timo Allemann
U21	2004, 2005, 2006	Carlo Studerus, Timo Allemann
Elite	2003 und älter	Carlo Studerus, Timo Allemann, Sara Willi, Carina Hildbrand

Schülerferien und Feiertage Kanton St.Gallen