



# Trainingsplan JJCD

---

## Montag

20.00 – 21.30 Uhr	Ju-Jitsu	Daniel Villiger Roger Weber
20.15 – 21.45 Uhr	Judo Erwachsene *	Martin Olszowik Tommaso Troiano

---

## Dienstag

18.00 – 19.15 Uhr	Judo Kinder	Martin Olszowik/ Tommaso Troiano
-------------------	-------------	-------------------------------------

---

## Donnerstag

20.00 – 21.30 Uhr	Ju-Jitsu	Astrid Christen
-------------------	----------	-----------------

---

\* Dieses Training findet in der Turnhalle des Schulhauses Hirzenbach in Schwamendingen zusammen mit den Weissen Löwen Zürich statt. Adresse: Luchswiesenstrasse 186, 8051 Zürich.