



Berner Budoclubs Partnerschaft

Donnerstag / Jeudi

Club / Schule Club / école	Disziplinen Disciplines	Trainingseinheit Unité d'entraînement	Zeit Horaire	Trainingsleitung Responsable de l'entraînement	Spezielle Info Info spéciale
JJC Bern	Judo	Breitensport 40+ (Veteranen, mind. 3. Kyu) Sport de masse 40+ (vétérans, min. 3. Kyu)	12.00-13.00	Heinz Brauer	Das Training eignet sich sowohl zum Schwitzen wie auch für Budokas, welche sich nur sanft bewegen wollen. L'entraînement convient aussi bien pour transpirer que pour les budokas qui souhaitent seulement bouger en douceur.
Budo Club Langnau	Taekwondo	Ab 10 Jahren / À partir de 10 ans	17.45-19.30	Tobias Wüthrich	
BSC Zollikofen	Kata	Offen für alle und jedes Niveau Ouvert à tous et à tous les niveaux	18.15-19.45	Thomas Koch	
Budo Club Langnau	Judo Technik	Ab 14 Jahren / À partir de 14 ans	19.30-21.00	Markus Gertsch	
JJC Bern	Ju Jitsu	Breitensport Fortgeschrittene Sport de masse avancé	19.45-21.15	Claudio Toma	ab 18 Jahren ca. ab 4. Kyu à partir de 18 ans, env. à partir du 4e kyu
Ju-Jitsu Club Adelboden	Ju Jitsu	Erwachsene / Adultes	20.00-21.30	Erich Glarner	
JJC Spiez	Kata	Erwachsene / Jugendliche Adultes / Jeunes	20.00-21.30	Bernhard Ogg	1* im Monat, jeweils DI/DO im Wechsel 1* par mois, mardi/jeudi en alternance
JJC Spiez	Judo	Technisches Training	20.00-21.30	Stefan Reuteler	

Standorte der Dojos/Trainingslokalitäten siehe [Mitglieder \(kbjv.ch\)](http://Mitglieder(kbjv.ch)) / Emplacements des dojos/locaux d'entraînement voir [Mitglieder \(kbjv.ch\)](http://Mitglieder(kbjv.ch))

Bist Du interessiert dann melde dich an via bbp@kbjv.ch und Du wirst zu einer WhatsApp Community hinzugefügt, um aktuelle Trainingsinfos zu erhalten. Dazu benötigen wir von Dir:

- Vor- und Nachname, Mobile Telefonnummer, (Stamm-)Verein

Si tu es intéressé(e), alors inscris-toi via bbp@kbjv.ch et tu seras ajouté(e) à une communauté WhatsApp pour recevoir les dernières informations concernant les entraînements. Pour cela, nous avons besoin de tes données de contact :

- Prénom et nom, numéro de téléphone portable, club (de base)