



# NWJV- ONLINE-GESAMTPLAN



## 2. Staffel // 12.04.-19.04.2021

### // TRAININGS-ANGEBOTE FÜR ALLE ALTERSKLASSEN => Anmeldung zum Online-Training für alle Altersklassen bei Landestrainer Jens Malewany (jens.malewany@nwjv.de)

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
	<p><b>ONLINE</b></p> <p><b>19:00-20:00</b> <small>Für Jugendliche und Erwachsene</small></p> <p>Taiso-Tuesday</p> <p>Taiso und Yoga – in Balance mit Niole Riqier</p>		<p><b>ONLINE</b></p> <p><b>17:00-18:00</b></p> <p>Judo &amp; Zirkel mit Nikita Krieger</p>			<p><b>ONLINE</b></p> <p>13:00-14:00</p> <p>Judo &amp; Ausdauer mit Stefan Heister</p>

### // SONSTIGE ANGEBOTE DES NWJV => Weitere Informationen zur Anmeldung auf [www.nwjv.de](http://www.nwjv.de) (Anmeldung Online-Austausch bei [angela.andre@nwjv.de](mailto:angela.andre@nwjv.de))

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
					<p><b>ONLINE</b></p> <p>10:00-13:00</p> <p>Online-Austausch für Judoka und Vereine</p> <p>(Themenübersicht findet ihr auf <a href="http://www.nwjv.de">www.nwjv.de</a>)</p>	<p><b>INSTAGRAM</b></p> <p>Vrr. 17:00</p> <p>Kämpferherz Live-Talk mit den Top-Athleten aus NRW (Live auf Instagram <a href="https://www.instagram.com/nwjv_official">Nwjv_official</a>)</p>