



V.a. 31 augustus 2020  
Lesrooster Sportschool Muilwijk



## Maandag

### Dojo Van Neurenburgpad, Dordrecht Centrum

16:00 – 16:55	Judo	5 t/m 8 jaar	Boy
17:00 – 17:55	Judo	9 t/m 12 jaar	Boy
18:00 – 18:55	BFC Jeugd	8 t/m 15 jaar	Anouk
19:30 – 20:25	BFC	16+	Anouk
20:30 – 21:25	Jiu Jitsu	16+	Peter
20:30 – 21:25 (outdoor)	BFC	16+	Anouk
21:30 – 22:25	Judo	16+	Ines

### Gymzaal Spirea, Dordrecht Crabbehof

16:30 – 17:25	Judo	4 t/m 7 jaar	Annelies
17:30 – 18:25	Judo	v.a. 8 jaar (jeugd)	Annelies
18:30 – 19:25	Karate	6 t/m 15 jaar	Annelies

### Sophiahel, Hendrik-Ido-Ambacht

16:00 – 16:55	Judo	5 t/m 7 jaar	Michael
17:00 – 17:55	Judo	8 t/m 10 jaar	Michael
18:00 – 18:55	Karate	8 t/m 15 jaar	Michael
19:00 – 19:55	Judo	11 t/m 16 jaar	Michael

## Dinsdag

### Dojo Van Neurenburgpad, Dordrecht Centrum

18:00 – 19:25	Wedstrijdjudo	t/m 18 jaar	Rachele
19:30 – 20:25	BodyAttack	16+	Ines
20:30 – 21:25	Jiu Jitsu	16+	Boy
21:30 – 22:25	Judo	16+	Jan

### Gymzaal Van Schendelstraat, Dordrecht Dubbeldam

16:00 – 16:55	Judo	5 t/m 7 jaar	Boy
17:00 – 17:55	Judo	8 t/m 12 jaar	Boy
18:00 – 18:55	Karate	6 t/m 15 jaar	Boy

### Gymzaal Grote Beerstraat, Zwijndrecht

16:00 – 16:55	Judo	5 t/m 10 jaar	Annelies
17:00 – 17:55	Judo	10 t/m 16 jaar	Annelies
18:00 – 18:55	Karate	6 t/m 16 jaar	Annelies

### Gymzaal Bekestein, Hendrik-Ido-Ambacht

16:15 – 17:10	Judo	5 t/m 8 jaar	Jan
17:15 – 18:10	Judo	9 t/m 12 jaar	Jan
18:15 – 19:10	Judo	13 t/m 16 jaar	Jan
19:15 – 20:10	Judo	16+	Jan

## Woensdag

### Dojo Van Neurenburgpad, Dordrecht Centrum

13:00 – 13:55	Judo	5 t/m 8 jaar	Jan
14:00 – 14:55	Judo	9 t/m 12 jaar	Jan
15:00 – 15:45	Peuterjudo	3-4 jaar	Jan
16:00 – 16:55	Karate	6 t/m 8 jaar	Boy
17:00 – 17:55	Kickboksen Jeugd	10 t/m 15 jaar	Boy
18:00 – 18:55	Kickboksen	16+	Boy
19:00 – 19:55	BFC	16+	Ines
20:00 – 20:55	Karate	16+	Annelies
21:00 – 21:55	Kobujutsu	16+	Arie

### Gymzaal Van Schendelstraat, Dordrecht Dubbeldam

13:30 – 14:25	Judo	5 t/m 9 jaar	Anouk
14:30 – 15:25	Judo	9 t/m 12 jaar	Anouk

### Gymzaal Selma Lagerlof-erf, Dordrecht Stadspolders

13:00 – 13:55	Judo	5 t/m 8 jaar	Boy
14:00 – 14:55	Judo	9 t/m 12 jaar	Boy

## Donderdag

### Dojo Van Neurenburgpad, Dordrecht Centrum

16:00 – 16:55	Karate	8 t/m 12 jaar	Boy
17:00 – 17:55	Karate	13 t/m 16 jaar	Boy
18:00 – 18:55	Jiu Jitsu	13+	Boy
19:00 – 19:55	Kickboksen	16+	Boy
19:45 – 20:40 (outdoor)	Total body workout	16+	Anouk
20:00 – 20:55	Karate	16+	Boy
21:00 – 21:55	Body & Mind	16+	Anouk

**Gymzaal Ockenburg, Dordrecht Sterrenburg**

16:00 – 16:55	Judo	5 t/m 8 jaar	Jan
17:00 – 17:55	Judo	9 t/m 10 jaar	Jan
18:00 – 18:55	Judo	11 t/m 14 jaar	Jan
19:00 – 19:55	Judo	13 t/m 15 jaar	Jan
20:00 – 20:55	Judo	16+	Jan

**Gymzaal Selma Lagerlof-erf, Dordrecht Stadspolders**

16:00 – 16:45	Tigers	3 t/m 6 jaar	Geoffrey
17:00 – 17:55	Karate	6 t/m 12 jaar	Geoffrey

**Gymzaal PC Hoofdstraat, Ridderkerk**

17:00 – 17:55	Judo	5 t/m 13 jaar	Annelies
18:00 – 18:55	Karate	v.a. 6 jaar (jeugd)	Annelies

**Vrijdag****Dojo Van Neurenburgpad, Dordrecht Centrum**

16:00 – 16:55	Judo	5 t/m 15 jaar	Boy
17:00 – 17:55	Karate	8 t/m 15 jaar	Boy
18:00 – 18:55	Kickbag Training	16+	Boy
19:00 – 19:55	BodyCombat	16+	Ines
20:00 – 20:55	Jiu Jitsu	16+	Boy

**Gymzaal Ockenburg, Dordrecht Sterrenburg**

16:00 – 16:55	Judo	5 t/m 8 jaar	Anouk / Jan
17:00 – 17:55	Judo	9 t/m 15 jaar	Anouk / Jan
18:00 – 18:55	Karate	6 t/m 15 jaar	Annelies
19:00 – 19:55	Karate	16+	Annelies

**Gymzaal Van den Broek-erf, Dordrecht Stadspolders**

17:00 – 17:55	Judo	4 t/m 10 jaar	Rachele
18:00 – 18:55	Judo	11 t/m 16 jaar	Rachele
19:00 – 19:55	Wedstrijdjudo	Selectie jeugd	Rachele

**Gymzaal Welhorst, Zwijndrecht**

16:30 – 17:25	Karate	6 t/m 15 jaar	Annelies
---------------	--------	---------------	----------

## Zaterdag

### Dojo Van Neurenburgpad, Dordrecht Centrum

10:00 – 10:55	BFC	16+	Anouk
11:00 – 11:55	Body & Mind	16+	Anouk
12:00 – 12:55	BFC Jeugd	8 t/m 15 jaar	Anouk
13:00 – 13:55	Judo	8 t/m 15 jaar	Anouk
14:00 – 14:55	Karate	16+	Boy
15:00 – 15:55	Karate Kata	Jeugd en 16+	Boy

## Zondag

### Dojo Van Neurenburgpad, Dordrecht Centrum

09:30 – 10:25	BodyCombat	16+	Ines
10:30 – 11:25	BodyAttack	16+	Ines