

Trainingsplan Sommer 2020

	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag				Freitag			
Platz Zeit	4	5	6	4	5	6	4	5	6	2	4	5	6	2	4	5	Platz Zeit
9 - 10																	9 - 10
10 - 12								Damen 60									10 - 12
12 - 12.30																	12 - 12.30
12.30 - 13																	12.30 - 13
13 - 13.30																	13 - 13.30
13.30 - 14																	13.30 - 14
14 - 14.30																	14 - 14.30
14.30 - 15																	14.30 - 15
15 - 15.30																	15 - 15.30
15.30 - 16																	15.30 - 16
16 - 16.30																	16 - 16.30
16.30 - 17																	16.30 - 17
17 - 17.30																	17 - 17.30
17.30 - 18																	17.30 - 18
18 - 18.30																	18 - 18.30
18.30 - 19																	18.30 - 19
19 - 19.30																	19 - 19.30
19.30 - 20																	19.30 - 20
20 - 20.30																	20 - 20.30

Silvia

Flo und Team

Mannschaftstraining