

Trainingsplan Sommer 2016

	Montag			Dienstag			Mittwoch				Donnerstag				Freitag				
Zeit	Platz 4	Platz 5	Platz 6	Platz 4	Platz 5	Platz 6	Platz 3	Platz 4	Platz 5	Platz 6	Platz 3	Platz 4	Platz 5	Platz 6	Platz 2	Platz 3	Platz 5	Platz 6	Zeit
10 - 12										Damen 50									10 - 12
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
20.30 - 21																			20.30 - 21

Silvia

Flo & andere Trainer

Mannschaftstraining