

Winter Trainingsplan

gültig ab 28.10.2024

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:00							
10:00						Wettbewerb Kids 10:00-12:00 Uhr geplant!	
11:00			MASTERS ab 11:00 Uhr				
12:00			Bahn			Wettbewerb Jugend 11:00 - 13:00 Uhr DKG-Halle	ggf. Wettbewerb Jugend 11:00 - 13:00 Uhr individuell
13:00							
14:00							
15:00						Offenes Training 14:30 - 16:00 Uhr Bahn	
16:00							
17:00	Spiel & Spaß 17:00 - 18:30 Uhr JDBK-Halle	Wettbewerb Kids & Jugend 17:00 - 19:00 Uhr JDBK-Halle					
18:00	Erwachsene 18:30 - 20:30 Uhr JDBK-Halle		Wettbewerb Jugend 18:00 - 20:30 Uhr DKG-Halle	Athletik ALLE 18:00-19:30 Uhr Online	Athletik ALLE 18:00-19:30 Uhr Nippeser Tälchen		
19:00							
20:00							
21:00							