

Trainingsplan

gültig ab 02. Nov. 2026 bis 20. März 2027



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:00						Sebi	
10:00						09:30 - 11:00 Kinder	
11:00						Alex/Timo	
12:00						11:00 - 13:00 Wettbewerb Jugend	
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00	Sebi	Sebi					
	17:00 - 18:30 Kinder	17:00-19:00 Wettbewerb Kinder					
18:00	Beate		Alex/Timo		Sebi - Athletik		
19:00	18:30 - 20:30 Erwachsene		18:30 - 20:30 Wettbewerb Jugend		18:30 - 20:00 Jugend / Erw.		
20:00							
ORT:	JDBK	JDBK	DKG		Nippeser Tälchen	JDBK / DKG	