

Tabelle1

Trainingsplan KW 25

	20.07.20	21.07.20	22.07.20	23.07.20	24.07.20
16 – 17 Uhr	Kersch, W.		Rank jun.		
17 – 18 Uhr	Rank L./ Rossberger	Reitinger	Reitmeier		
18 – 19 Uhr	Schmuderer				
19 – 20 Uhr					
20 – 21 Uhr					

Trainingsplan KW 26

	27.07.20	28.07.20	29.07.20	30.07.20	31.07.20
16 – 17 Uhr		Sander/Helf	Rank jun.		
17 – 18 Uhr	Rank L./ Rossberger	Reitinger	Reitmeier		
18 – 19 Uhr	Schmuderer				
19 – 20 Uhr					
20 – 21 Uhr					

Trainingsplan KW 27

	03.08.20	04.08.20	05.08.20	06.08.20	07.08.20
16 – 17 Uhr		Sander/Helf	Rank jun.		
17 – 18 Uhr	Rank L./ Rossberger	Reitinger	Reitmeier		
18 – 19 Uhr	Schmuderer				
19 – 20 Uhr					
20 – 21 Uhr					

Trainingsplan KW 28

	10.08.20	11.08.20	12.08.20	13.08.20	14.08.20
16 – 17 Uhr		Sander/Helf	Rank jun.		
17 – 18 Uhr	Rank L./ Rossberger	Reitinger	Reitmeier		
18 – 19 Uhr	Schmuderer				
19 – 20 Uhr					
20 – 21 Uhr					