Trainingsplan Sommer 2021

Uhrzeit	Montag				Dienstag				Mittwoch				Donnerstag				Freitag				Samstag				Sonntag			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
8:00																												
8:30																												
9:00																												
9:30																												
10:00																												
10:30																												
11:00																												
11:30																												
12:00																												
12:30																												
13:00																												
13:30																												
14:00																												
14:30					Peter Röth																							
15:00																												
15:30										Mica	Vanessa								Nico									
16:00															Lena													
16:30		Steffen																										
17:00																												
17:30																			Damen 1									
18:00											Herren	Damen 2																
18:30							Herren 50																					
19:00																			Herren 30									
19:30																												
20:00																												
20:30																												