

Trainingsplan Winter 22/23



Zeit	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag	
	ungerade KW	gerade KW	ungerade KW	gerade KW	ungerade KW	gerade KW	ungerade KW	gerade KW	ungerade KW	gerade KW	ungerade KW	gerade KW
09:00											Kids u12	Kids u12
10:00											Juniorinnen u15	Juniorinnen u18
11:00											Juniorinnen u15	Kids u12
12:00												Juniorinnen u18
13:00												
14:00												
15:00												
16:00	Juniorinnen u15						Ballschule					
17:00	Juniorinnen u15											
18:00				Damen								
19:00			Hobby		Herren 50		Herren	Herren				
20:00	Herren 40			Hobby								
21:00												
22:00												