

Trainingsplan

Zeit	Montag				Dienstag					Mittwoch				Donnerstag				Freitag								
Platz	A	B			A	A/B	B	B		A	A	B			A	B	B			B	A+B					
Kabine	3+4	2			R	1	2	3+4	3+4	R	1	2	3+4		R	1	2	3+4		R	1	2				R
15:00 - 15:30																										
15:30 - 16:00						G																				
16:00 - 16:30																										
16:30 - 17:00																										
17:00 - 17:30	D1	C1																								
17:30 - 18:00																										
18:00 - 18:30																										
18:30 - 19:00																										
19:00 - 19:30																										
19:30 - 20:00																										
20:00 - 20:30																										
20:30 - 21:00																										

Stand: 01.04.2023

in Mascherode

in Rautheim

* 01.07. bis 31.08.