

Trainingsplan

Stand: 23.06.2017



Trainingsräume

B = Forum Friedrichsdorf (Saal)

W = Waldkrankenhaus Köppern

Bitte beachten Sie, daß kurzfristige Änderungen der Raumbelagung in den Gruppen bzw. über den Aushang am Forum Friedrichsdorf bekanntgegeben werden.

Trainingsplan für Breitensportgruppen und Turniergruppe

Breitensport: Montagsgruppe 1 [K] (M1) 18.30 – 19.15 Uhr
Montagsgruppe 2 [K] (M2) 20.00 – 21.30 Uhr
Dienstag – Einsteiger [H] (Di) 19.00 – 20.00 Uhr
Dienstag [H] (Di) 20.00 – 21.30 Uhr

Juli 2016			August 2016			September 2016		
03	Mo	B	01	Di	B	04	Mo	W
04	Di	B	07	Mo	B	05	Di	B
10	Mo	B	08	Di	B	11	Mo	B
11	Di	B	14	Mo	B	12	Di	B
17	Mo	B	15	Di	B	18	Mo	B
18	Di	B	21	Mo	B	19	Di	W
24	Mo	B	22	Di	B	25	Mo	B
25	Di	B	28	Mo	B	26	Di	B
31	Mo	B	29	Di	B			

1) Tango Argentino: 09.07. (B), 13.08. (B), 03.09.2017 (W)

Trainer: Kreutzkamp [K] Hess [H]

Aktuell auch immer unter <http://www.tcvaria.de> abrufbar!