



Trainingsplan  
ab Juli 2010

Hauptplatz



Nebenplatz



	Montag									Dienstag									Mittwoch									Donnerstag									Freitag								
Platzviertel	1	2	3	4	5	6	7	8		1	2	3	4	5	6	7	8		1	2	3	4	5	6	7	8		1	2	3	4	5	6	7	8		1	2	3	4	5	6	7	8	Platzviertel
Uhrzeit																																	Uhrzeit												
15:00 - 15:30																																	15:00 - 15:30												
15:30 - 16:00																																	15:30 - 16:00												
16:00 - 16:30																																	16:00 - 16:30												
16:30 - 17:00																																	16:30 - 17:00												
17:00 - 17:30	E1	E1	F2	F2	D1	D1			E2	E2	E3	E4	C1	C1	D2	D2		F2	F2	F1	F1	D1	D1			E2	E2	E3	E4	C1	C1	D2	D2		E1	E1	F1	F1	D1	D1			17:00 - 17:30		
17:30 - 18:00	E1	E1	F2	F2	D1	D1			E2	E2	E3	E4	C1	C1	D2	D2		F2	F2	F1	F1	D1	D1			E2	E2	E3	E4	C1	C1	D2	D2		E1	E1	F1	F1	D1	D1			17:30 - 18:00		
18:00 - 18:30	E1	E1	F2	F2	D1	D1	A1	B1	E2	E2	E3	E4	C1	C1	D2	D2		F2	F2	F1	F1	D1	D1	A1	B1	E2	E2	E3	E4	C1	C1	D2	D2		E1	E1	F1	F1	D1	D1	A1	B1	18:00 - 18:30		
18:30 - 19:00																																	18:30 - 19:00												
19:00 - 19:30																																	19:00 - 19:30												
19:30 - 20:00																																	19:30 - 20:00												
20:00 - 20:30																																	20:00 - 20:30												
20:30 - 21:00																																	20:30 - 21:00												
21:00 - 21:30																																	21:00 - 21:30												
21:30 - 22:00																																	21:30 - 22:00												