

Trainingsplan Kl. 7/8 2014/15

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
8:00		7.30 - 9.00 Uhr	7.30 - 9.00 Uhr		7.30 - 9.00 Laufen 7 KI		
9:00		Laufen	Schwimmen	9.30 - 11.30 (45) Uhr			
10:00				Sport + Schwimmen			
11:00	11.30 - 13.00 Uhr				11.30 - 13.00 Uhr		
12:00	Athletik + Schwimmen				Fechten		
13:00							
14:00			14.30 - 15.30 Uhr Schießen 8 KI				
15:00	15.20 - 16.10 Schießen 7 KI				14.00 - 15.30 Uhr Laufen 8 KI		
16:00	16.15 - 17.15 Uhr	16.10 - 17.30 Uhr		16.15 - 17.30 Uhr	14.00 - 15.00 Schießen 7KI		
17:00	Laufen	Fechten		Laufen			
18:00	17.15 - 18.00 Schießen 8KI						
19:00							
20:00							
21:00							
22:00							