

Trainingsplan Kl. 9/10 2014/15

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
07:30			7:30-9:00 Schwimmen				
08:00						Schwimmen	
09:00		9:30 -11:30/ 12:00 Fechten/ Lektion			9:30 Schießen		
10:00					Lauf/ Athletik		
11:00	11:30-13:00 Athletik/ Schwimmen			11:30-13:00 Lauf / Combined		Fechten	
12:00						Lauf/CB	
13:00					Essen	nach P	
14:00					14:00 Fechten		
15:00			15:00 Reiten Klasse 9				
16:00	16:15 Schießen	16:15 -18:00 Laufen/ Cb?	16:00 Klasse 10/11	16:15 Athletik/Sport			
17:00	17:00 -18:00 Lauf/ Cb			17:00 Klasse 10/11	17:30-19:00 Schwimmen		
18:00							
19:00			Fechtpool ab Jg 98				
20:00			nach Absprache im 2. Halbjahr Kl.11				
21:00							
22:00							