

<b>Trainingswoche 26.09. – 02.10.2022</b>
---

	gelb	blau	Leistungsgruppe
<b>Montag 26.09.22</b>	14:00 – 14:30 Warm-up 14:45 – 16:00 BII <i>Eistraining</i> 16:15 – 17:15 Ballett		19:30 – 20:30 Trockentraining 20:45 – 21:45 BI <i>Eistraining</i>
<b>Dienstag 27.09.22</b>		14:15 – 15:15 Trockentraining 15:30 – 16:15 BII <i>Eistraining</i>	15:30 – 16:00 Warm-Up* 16:15 – 17:15 BII <i>Eistraining</i> 17:30 – 18:30 Ballett
<b>Mittwoch 28.09.22</b>  <b>WW-Spiel 19:30</b>	15:45 – 16:45 Trockentraining 17:00 – 17:45 BII <i>Eistraining</i>		
<b>Donnerstag 29.09.22</b>		16:00 – 16:30 Warm-Up 16:45 – 18:00 <i>Eistraining</i> 18:15 – 19:15 Ballett	16:00 – 16:30 Warm-Up 16:45 – 18:00 <i>Eistraining</i> 18:15 – 19:15 Dance
<b>Freitag 30.09.22</b>			15:30 – 16:00 Warm-Up 16:15 – 17:30 <i>Eistraining</i> 17:45 – 18:45 Trockentraining
<b>Samstag 01.10.22</b>	10:15 – 10:45 Warm-up* 11:00 – 12:00 BI <i>Eistraining</i> 12:15 – 13:15 Trockentraining	10:15 – 10:45 Warm-up* 11:00 – 12:00 BI <i>Eistraining</i> 12:15 – 13:15 Trockentraining	9:15 – 9:45 Warm-Up 10:00 – 11:00 BI <i>Eistraining</i>
<b>Sonntag 02.10.22</b>  <b>WW-Spiel 19:00</b>		13:45 – 14:15 Warm-Up* 14:30 – 15:30 BI <i>Eistraining</i> 15:45 – 16:45 Trockentraining	12:15 – 13:15 Trockentraining 13:30 – 15:30 BI <i>Eistraining</i>

Änderungen vorbehalten!

BI = Bahn 1

BII = Bahn 2

Warm-Up\* = Warm-Up selbstständig