

Trainingswoche 13.03. – 19.03.2023

	gelb	blau	Leistungsgruppe
Montag 13.03.23 Hobby 20:45 – 21:45			19:30 – 20:30 Trockentraining 20:45 – 21:45 BI <i>Eistraining</i>
Dienstag 14.03.23			15:30 – 16:00 Warm-Up 16:15 – 17:30 BII <i>Eistraining</i> 17:45 – 18:45 Trockentraining
Mittwoch 15.03.23 Laufschule 16:15 – 17:00	15:30 – 16:00 Warm-Up 16:15 – 17:00 BII <i>Eistraining</i> 17:15 – 18:15 Trockentraining	15:30 – 16:00 Warm-Up 16:15 – 17:00 BII <i>Eistraining</i> 17:15 – 18:15 Trockentraining	Laufschule 16:15 – 17:00
Donnerstag 16.03.23	16:15 – 17:15 Ballett	15:30 – 16:00 Warm-Up 16:15 – 17:15 BII <i>Eistraining</i> 17:30 – 18:30 Ballett	15:30 – 16:00 Warm-Up 16:15 – 17:15 BII <i>Eistraining</i> 18:30 – 19:30 Ballett
Freitag 17.03.23	U15 DEL-CUP	U15 DEL-CUP	U15 DEL-CUP
Samstag 18.03.23 Achalm-Pokal Reutlingen	U15 DEL-CUP	U15 DEL-CUP	U15 DEL-CUP
Sonntag 19.03.23	U15 DEL-CUP	U15 DEL-CUP	U15 DEL-CUP

Änderungen vorbehalten!

BI = Bahn 1

BII = Bahn 2

Warm-Up* = Warm-Up selbstständig

Allgemeiner Lauf ab Freitag 17.03.23 NUR am Freitag von 14:00 – 16:00