

Trainingswoche
04.11. - 10.11.2024

Änderungen vorbehalten
 Warm-Up* = selbstständiges Aufwärmen

	GELB	BLAU	PRE- LEISTUNGSGRUPPE	LEISTUNGSGRUPPE
Montag 04.11. Hobby 20:45 - 21:45				19:30 – 20:30 Trockentraining 20:45 – 21:45 BI <i>Eistraining</i>
Dienstag 05.11.		15:30 - 16:00 Warm – Up 16:15 – 17:30 BII <i>Eistraining</i> 17:45 – 18:45 Trockentraining		15:30 - 16:00 Warm – Up 16:15 – 17:30 BII <i>Eistraining</i> 17:45 – 18:45 Trockentraining
Mittwoch 06.11. Laufschule 16:15 – 17:00 Hobby 16:45 – 17:00	15:00 - 16:00 Trockentraining 16:15 – 17:00 BII <i>Eistraining</i>			16:15 - 17:00 Laufschule
Donnerstag 07.11.	16:15 – 17:30 Ballett 1	15:00 – 16:00 Ballett 2 oder 16:15 – 17:30 Ballett 1	15:00 - 16:00 Ballett 2 16:15 – 17:15 BII <i>Eistraining</i>	15:30 - 16:00 Warm-Up 16:15 – 17:15 BII <i>Eistraining</i> 17:30 – 18:30 Ballett 3
Freitag 08.11.		15:00 - 16:00 Trockentraining 16:15 – 17:30 BII <i>Eistraining</i>	15:00 - 16:00 Trockentraining 16:15 – 17:30 BII <i>Eistraining</i>	16:45 – 17:15 Warm – Up* 17:30 – 18:45 BII <i>Eistraining</i> 19:00 – 20:00 Trockentraining
Samstag 09.11. Laufschule 8:45 – 9:45 Eisemann Pokal Stuttgart	8:00 - 8:30 Warm – Up 8:45 – 9:30 BII <i>Eistraining</i> 9:45 – 10:45 Trockentraining		7:00 – 7:20 Warm – Up* 7:30 – 8:45 BII <i>Eistraining</i>	7:00 – 7:20 Warm – Up* 7:30 – 8:45 BII <i>Eistraining</i> 8:45 – 9:45 Laufschule
Sonntag 10.11. Eisemann Pokal Stuttgart		8:00 – 8:30 Warm-Up* 8:45 – 9:45 BII <i>Eistraining</i> 10:00 – 11:00 Trockentraining	8:00 – 8:30 Warm-Up 8:45 – 9:45 BII <i>Eistraining</i> 10:00 – 11:00 Trockentraining	7:00 - 7:20 Warm-Up 7:30 – 8:45 BII <i>Eistraining</i>

Ballett Class 1 – Laurentia, Emely, Diana, Liana, Mila, Viktoria, Sara, Sophia, Lia (Keil), Josephine, Polina, Mira, Arina, Charlotte

Ballett Class 2 – Lia (Maurer), Jolina, Emma, Ilinca, Thalia, Marie-Hélène, Alina, Estelle, Ekatharina, Darina

