

Trainingsplan Oktober 2018

Datum	Ort	Art	Trainingsbeginn	Trainer/sonstiges
Montag, 1. Oktober 2018				
Dienstag, 2. Oktober 2018	Emberg	Inliner/Skiroller	16:30	Manuel
Mittwoch, 3. Oktober 2018				
Donnerstag, 4. Oktober 2018	Turnhalle	Atlethik	16:30	Wolfgang
Freitag, 5. Oktober 2018				
Samstag, 6. Oktober 2018	Oberhof	Inliner/Skiroller		Volker
Sonntag, 7. Oktober 2018				
Montag, 8. Oktober 2018				
Dienstag, 9. Oktober 2018	Emberg	Inliner/Skiroller	16:00	Manuel/Julia
Mittwoch, 10. Oktober 2018				
Donnerstag, 11. Oktober 2018	Turnhalle	Atlethik	16:30	Wolfgang/Thomas
Freitag, 12. Oktober 2018				
Samstag, 13. Oktober 2018	Oberhof	Inliner/Skiroller		Volker
Sonntag, 14. Oktober 2018	Steinbach	Skiroller Berganstieg		Thomas
Montag, 15. Oktober 2018				
Dienstag, 16. Oktober 2018	Emberg	Inliner/Skiroller	16:30	Manuel/Julia
Mittwoch, 17. Oktober 2018				
Donnerstag, 18. Oktober 2018	Turnhalle	Atlethik	16:30	Thomas
Freitag, 19. Oktober 2018				
Samstag, 20. Oktober 2018	Oberhof	Inliner/Skiroller		Volker
Sonntag, 21. Oktober 2018				
Montag, 22. Oktober 2018				
Dienstag, 23. Oktober 2018	Emberg	Inliner/Skiroller	16:30	Manuel/Julia
Mittwoch, 24. Oktober 2018				
Donnerstag, 25. Oktober 2018	Turnhalle	Atlethik	16:30	Wolfgang/Thomas
Freitag, 26. Oktober 2018				
Samstag, 27. Oktober 2018	Oberhof	Athletiktest		Thomas
Sonntag, 28. Oktober 2018	Struht Helmershof	Skiroller Berganstieg		Volker
Montag, 29. Oktober 2018				
Dienstag, 30. Oktober 2018	Emberg	Inliner/Skiroller	16:30	Manuel/Julia
Mittwoch, 31. Oktober 2018				