

**„TRAININGSPLAN“ NACH GRUPPEN**

LSG 1					
Wochentag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer / Trainerinnen	Bemerkung
Montag	17:15- 18:00	32.OS	Ballett	SCHÖ	
	18:45- 20:00	32.OS	Kür	MUS	
Mittwoch	17:15- 18:30	32.OS	Kür	ENG	
	18:45- 19:45	32.OS	Kondi	KEI	
Donnerstag	19:00- 20:30	RKL-Bahn	Kür	MUS	Schlechtwetter: 18:00 - 19:15 Online
Samstag	11:30- 13:00	RKL-Bahn	Kür	MUS	Schlechtwetter: 11:30 - 13:00 Uhr 32.OS

LSG 2					
Wochentag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer / Trainerinnen	Bemerkung
Montag	17:30- 18:45	32.OS	Kür	MUS	
	18:45- 19:30	32.OS	Ballett	SCHÖ	
Mittwoch	16:45- 17:45	32.OS	Kondi	KEI	
	18:30- 19:45	32.OS	Kür	ENG	
Donnerstag	16:30- 17:45	RKL-Bahn	Kür	E.JAN	Schlechtwetter: 18:00 - 19:15 Online
Samstag	10:15- 11:30	RKL-Bahn	Kür	MUS	10:15 - 11:30 Uhr 32.OS

LSG 3					
Wochentag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer / Trainerinnen	Bemerkung
Montag	16:30- 17:30	32.OS	Kür	MUS + Aaliyah Pessner	
	18:00- 18:45	32.OS	Ballett	SCHÖ	
Mittwoch	16:00- 17:15	32.OS	Kür	ENG + Leonie Keil	
	17:45- 18:45	32.OS	Kondi	KEI	
Freitag	15:00- 16:15	RKL- Bahn	Kür	ENG	Benjamin, Anna, Lisbeth Schlechtwetter 16:30 - 17:45 32.OS
	16:15- 17:30	RKL- Bahn	Kür	ENG	Lotta, Emilia, Maja, Michelle Schlechtwetter 16:30 - 17:45 32.OS
Samstag	09:00- 10:15	RKL- Bahn	Kür	MUS + E.JAN + Lilly Dorenburg	Schlechtwetter: 09:00 - 10:15 Uhr 32.OS
	10:15- 10:45	RKL- Bahn	Beweglichkeit	Lilly Dorenburg	Schlechtwetter: 10:15 - 10:45 Uhr 32.OS

BSG 1A					
Wochentag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer / Trainerinnen	Bemerkung
Montag	18:00- 19:00	Online	Kondi	END	
Mittwoch	18:15- 19:15	RKL-Bahn	Kondi	P.Kolar	Schlechtwetter: 18:00 - 19:15 Online
	19:15- 20:30	RKL-Bahn	Kür	MUS / P. Kolar	
Donnerstag	19:15- 20:30	32.OS	Kür	END / P. Kolar	

<i>BSG 1B</i>					
<b>Wochentag</b>	<b>Zeit</b>	<b>Ort</b>	<b>Inhalt</b>	<b>Trainer / Trainerinnen</b>	<b>Bemerkung</b>
Montag	18:00-19:00	Online	Kondi	END	
Mittwoch	17:15-18:15	RKL-Bahn	Kür	MUS	Schlechtwetter: 18:00 - 19:15 Online
	18:15-19:15	RKL-Bahn	Kondi	P.Kolar	
Donnerstag	18:00-19:15	32.OS	Kür	END	

<i>BSG 2</i>					
<b>Wochentag</b>	<b>Zeit</b>	<b>Ort</b>	<b>Inhalt</b>	<b>Trainer / Trainerinnen</b>	<b>Bemerkung</b>
Montag	18:00-19:00	Online	Kondi	MAT	
Mittwoch	17:45-18:15	RKL-Bahn	Kondi	S.JAN	Schlechtwetter: 18:00 - 19:00 Online
	18:15-19:15	RKL-Bahn	Kür	S.JAN	
Donnerstag	16:45-18:00	MAN	Kür	S.JAN	Evtl. noch Änderung

TG					
Wochentag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer / Trainerinnen	Bemerkung
Montag	17:00- 18:00	Online	Athletik	END	
Mittwoch	16:00- 17:15	RKL-Bahn	Kür	E.JAN + Nicolas Enders	Schlechtwetter: 17:00 - 18:00 Online (E.JAN)
	17:15- 17:45	RKL-Bahn	Kondi	E.JAN	
Donnerstag	16:45- 18:00	32.OS	Kür	END + Henrike Hinz	

A2					
Wochentag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer / Trainerinnen	Bemerkung
Mittwoch	17:15- 18:15	RKL-Bahn	Kür	F.Kiy + Nora Thielemann	Schlechtwetter: 17:00 - 18:00 Online
	18:15- 18:45	RKL-Bahn	Kondi	F.Kiy	
Freitag	17:30- 19:00	MAN	Kür / Kondi	F.Kiy + Nora Thielemann	Einteilung durch Fanny Kiy

A1					
Wochentag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer / Trainerinnen	Bemerkung
Freitag	16:00- 17:30	MAN	Kür + Kondi	U.JAN + Katharina Rehn	Einteilung durch Frau Jancke

<i>Paarlauf Fortgeschritten</i>					
<b>Wochentag</b>	<b>Zeit</b>	<b>Ort</b>	<b>Inhalt</b>	<b>Trainer / Trainerinnen</b>	<b>Bemerkung</b>
Donnerstag	17:45- 19:00	RKL-Bahn	Kür	MUS	Bei Schlechtwetter Ausfall
Freitag	16:30- 17:30	RKL-Bahn	Kür	MUS	Schlechtwetter 17:45 - 19:00 32.OS
	17:30- 18:00	RKL-Bahn	Trockentraining	MUS	

<i>Paarlauf Anfänger</i>					
<b>Wochentag</b>	<b>Zeit</b>	<b>Ort</b>	<b>Inhalt</b>	<b>Trainer / Trainerinnen</b>	<b>Bemerkung</b>
Mittwoch	18:15- 19:15	RKL-Bahn	Kür	MUS	Bei Schlechtwetter Ausfall

<i>Erwachsene</i>					
<b>Wochentag</b>	<b>Zeit</b>	<b>Ort</b>	<b>Inhalt</b>	<b>Trainer / Trainerinnen</b>	<b>Bemerkung</b>
Montag	20:00- 21:30*	32.OS			
Mittwoch	20:30- 21:30	RKL-Bahn		n.n.	
Donnerstag	20:30- 21:30	RKL-Bahn		n.n.	

\*unter Vorbehalt bzw. nach Absprache