

Zeitplan Montag 08.02.2016

Zeit	Liebstädter Str.		Bodenbacher Str.		Haydnstraße 1	Haydnstraße 2
09.00-09.45	Gr. 4 Pflicht	REI	Gr. 1 Pflicht	ENG MUS	X	X
09.45-10.30	Gr. 3 Pflicht	REI	Gr. 2 Pflicht	ENG MUS		
10.45-11.30	Gr. 4 Schritte / Pirouetten	REI	Gr. 1 Pflicht	ENG MUS		
11.30-12.15	Gr. 3 Schritte / Pirouetten	REI	Gr. 2 Pflicht	ENG		
12.30-13.00			Gr. 1 + 2 Trockentraining	MUS		
13.30-14.15						
14.15-15.00					Gr. 3 Sprünge	Gr. 4 Sprünge
15.00-15.45					Gr. 1 + Gr. 2 Schritte (Tanz)	Gr. 3 + Gr. 4 Kondi
15.45-16.30					Gr. 2 Sprünge	Gr. 1 Kondi Gr. 3 + Gr. 4 Dehnung
17.00-17.45					Gr. 1 Sprünge	Gr. 2 Kondi
17.45-18.30					Gr. 1 + Gr. 2 Pirouetten	Gr. 1 Kondi
18.30-20.30					Gr. 1 + Gr. 2 Beweglichkeit	KEI

Zeitplan Dienstag 09.02.2016

Zeit	Liebstädter Str.	Bodenbacher Str.	Haydnstraße 1	Haydnstraße 2		
09.00-09.45	Gr. 2 Pflicht	SRA MUS	X	X		
09.45-10.30	Gr. 1 Pflicht	SRA MUS				
10.45-11.30	Gr. 2 Pflicht	SRA MUS				
11.30-12.15	Gr. 1 Pflicht	SRA MUS				
12.30-13.00	Gr. 1 + 2 Trockentraining	SRA MUS				
13.30-14.00						
14.15-15.00			Gr. 4 Sprünge	REI	Gr. 3 Schritte / Pirouetten	ENG
15.00-15.45			Gr. 3 Sprünge	SRA ENG	Gr. 4 Schritte/Pirouett. Gr. 1 Kondi	REI KEI
15.45-16.30			Gr. 2 Sprünge	SRA MUS	Gr. 3 + Gr. 4 Kondi	REI / KEI
17.00-17.45			Gr. 1 Sprünge	SRA MUS	Gr. 2 Kondi	KEI
17.45-18.30			Gr. 1 + Gr. 2 Pirouetten	SRA MUS	Rollschuhpflege (16.45-17.30)	KEI
			Gr. 1 + Gr. 2 Einzeltraining	SRA	Gr. 1 + Gr. 2 Laufschule / Schritte	MUS

Zeitplan Mittwoch 10.02.2016

Zeit	Liebstädter Str.	Bodenbacher Str.	Haydnstraße 1	Haydnstraße 2		
09.00-09.45	Gr. 1 Pflicht	Gr. 3 Pflicht	X	X		
09.45-10.30	Gr. 2 Pflicht	Gr. 4 Pflicht				
10.45-11.30	Gr. 1 + Gr. 2 Konditest Teil I	Gr. 3 Pirouetten			SRA, ENG, REI	
11.30-12.15		Gr. 4 Pirouetten			SRA, ENG, REI	
12.15-13.00						
13.30-14.15	X	X	Gr. 3 Sprünge	SRA ENG	Gr. 4 Sprünge	REI
14.15-15.00			Gr. 1 + 2 Sprünge	SRA, ENG, MUS	Gr. 3 + Gr. 4 Kondi	REI KEI
15.00-15.45			Gr. 1 + 2 Pirouetten	SRA MUS		
15.45-16.30				SRA	Gr. 3 + Gr. 4 Beweglichkeit	REI KEI
16.30-17.00				SRA	Gr. 1 + Gr. 2 Konditest Teil II	MUS KEI
17.45-18.30						

Zeitplan Donnerstag 11.02.2016

Zeit	Liebstädter Str.	Bodenbacher Str.	Haydnstraße 1	Haydnstraße 2				
09.00-09.45	Gr. 2 Pflicht	Gr. 4 Pflicht	X	X				
09.45-10.30	Gr. 1 Pflicht	Gr. 3 Pflicht						
10.45-11.30	Gr. 2 Pflicht	Gr. 4 Schritte / Pirouetten						
11.30-12.15	Gr. 1 Pflicht	Gr. 3 Schritte / Pirouetten						
12.30-13.00								
13.30-14.15	X				Gr. 3 + Gr. 4 Sprünge	SRA, ENG, REI	Gr. 1 + Gr. 2 Trockentraining	MUS
14.15-15.00					Gr. 1 + Gr. 2 Pirouetten	SRA, ENG, MUS	Gr. 4 Kondi	REI
15.00-15.45					Gr. 2 Sprünge	SRA MUS	Gr. 3 Kondi	REI
15.45-16.30					Gr. 1 Sprünge	SRA	Paarlauf	MUS
17.00-17.45					Gr. 1 + Gr. 2 Einzeltraining	SRA	Gr. 1 + Gr. 2 Kondi	KEI
17.45-18.30			Gr. 1 + Gr. 2 Einzeltraining	SRA	Gr. 1 + Gr. 2 Beweglichkeit	KEI		
18.30-20.30			Evtl. Küraufbau nach Sonderplan			MUS		

Zeitplan Freitag 12.02.2016

Zeit	Liebstädter Str.	Bodenbacher Str.	Haydnstraße 1	Haydnstraße 2		
09.00-09.45	Gr. 1 Pflicht	Gr. 3 Pflicht	X	X		
09.45-10.30	Gr. 2 Pflicht	Gr. 4 Pflicht				
10.45-11.30	Gr. 1 Pflicht	Gr. 3 + Gr. 4 Pirouetten				
11.30-12.15	Gr. 2 Pflicht	Gr. 3 + Gr. 4 Spiele				
12.15-12.00						
13.15-13.45	X	X	Gr. 3 + Gr. 4 Sprünge	ENG REI	Gr. 1 + Gr. 2 Trockentraining	MUS
13.45-14:30			Gr. 1 + Gr. 2 Tanz	ENG MUS	Gr. 3 + Gr. 4 Beweglichkeit	REI KEI
14:30-15:15			Gr. 1 + Gr. 2 Sprünge / Pirouetten	ENG MUS		
15:15-16:00			Gr. 1 + Gr. 2 Spiele	MUS KEI		
16:00-16:30			Gr. 1 + Gr. 2 Beweglichkeit	MUS KEI		