

TRAININGSPLAN

KW 38 14.09.2026 – 20.09.2026

	MONTAG 14.09.	DIENSTAG 15.09.	MITTWOCH 16.09.	DONNERSTAG 17.09.	FREITAG 18.09.	SAMSTAG 19.09.	SONNTAG 20.09.
Sonstiges							
VORMITTAG	Krafttraining Gruppe 1 09:30 Gruppe 2 10:45	10:30 Training	FREI	10:30 Training	10:30 Training	10:30 Training	10:30 Aktivieren
Nachmittag	15:30 Training	FREI	FREI	FREI	FREI	FREI	14:30 Spiel gegen RZ Pellets WAC