

Konditions- und Trockentraining 2014 Juni- September

Gruppe 1 Gruppe RK 1 und 2
Gruppe 2 Gruppe RK 3 und 4

Termine

Juni

04.06.2014	18:00-18:45	Gruppe 1	Yannick	Realschulsporthalle
	18:45-ca.19:45	Gruppe 2	Yannick	
13.06.2014	17:00-18:00	Gruppe 1	Claudia	Rollschuhbahn/ bei Regen Eissporthalle
	18:00-19:00	Gruppe 2	Claudia	
18.06.2014	18:00-18:45	Gruppe 1	Yannick	Realschulsporthalle
	18:45-ca.19:45	Gruppe 2	Yannick	
27.06.2014	17:00-18:00	Gruppe 1	Claudia	Rollschuhbahn/ bei Regen Eissporthalle
	18:00-19:00	Gruppe 2	Claudia	

Juli

04.07.2014	16:00-16:45	Gruppe 1	Claudia	Rollschuhbahn/ bei Regen Eissporthalle
ausnahmsweise früher	16:45- 17:30	Gruppe 2	Claudia	
09.07.2014	18:00-18:45	Gruppe 1	Yannick	Realschulsporthalle
	18:45-ca. 19:45	Gruppe 2	Yannick	
18.07.2014	17:00-18:00	Gruppe 1	Claudia	Rollschuhbahn/ bei Regen Eissporthalle
	18:00-19:00	Gruppe 2	Claudia	
23.07.2014	18:00-18:45	Gruppe 1	Yannick	Realschulsporthalle
	18:45-ca. 19:45	Gruppe 2	Yannick	

August

06.08.2014	18:00-18:45	Gruppe 1	Yannick	nach Absprache
	18:45-ca. 19:45	Gruppe 2	Yannick	
13.08.2014	18:00-18:45	Gruppe 1	Yannick	nach Absprache
	18:45-ca. 19:45	Gruppe 2	Yannick	
22.08.2014	17:00-18:00	Gruppe 1	Claudia	Rollschuhbahn/ bei Regen Eissporthalle
	18:00-19:00	Gruppe 2	Claudia	
29.08.2014	17:00-18:00	Gruppe 1	Claudia	Rollschuhbahn/ bei Regen Eissporthalle
	18:00-19:00	Gruppe 2	Claudia	

September

05.09.2014	17:00-18:00	Gruppe 1	Claudia	Rollschuhbahn/ bei Regen Eissporthalle
	18:00-19:00	Gruppe 2	Claudia	
10.09.2014	18:00-18:45	Gruppe 1	Yannick	Realschulsporthalle
	18:45-ca. 19:45	Gruppe 2	Yannick	
17.09.2014	18:00-18:45	Gruppe 1	Yannick	Realschulsporthalle
	18:45-ca. 19:45	Gruppe 2	Yannick	
26.09.2014	17:00-18:00	Gruppe 1	Claudia	Rollschuhbahn/ bei Regen Eissporthalle
	18:00-19:00	Gruppe 2	Claudia	

Mitzubringen sind:

Turnschuhe (!!)

ausreichend zu Trinken

für Training bei Claudia: Isomatte/großes Handtuch, Springseil, Terra-Band(wenn vorhanden), Drehscheibe (wenn vorhanden)

für Training bei Yannick: Springseil