

Sommertrainingsplan Beachkader



		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Woche 1		4.7.	5.7.	6.7.	7.7.	8.7.
Md A	Kaisten 17.30-19-30			Sammy		
Md B1/B2	Kanti Wettingen 18.00-20.00 MO	Alex				
Md C/D	17.30-19.00 Lenzburg		Mirjam		Bujar	
Md E	DI 16-18 h, DO 19-21					
Kn A/B	17.30-19.30 Lenzburg	Stefan				Alex
Kn C/D	19-21 h Lenzburg		Bujar		Bujar	
Woche 2		11.7.	12.7.	13.7.	14.7.	15.7.
Md A	Kaisten 17.30-19-30			Sammy		
Md B1/B2	Kanti Wettingen 18.00-20.00 MO	Alex				
Md C/D	17.30-19.00 Lenzburg		Mirjam		Bujar	
Md E	DI 16-18 h, DO 19-21					
Kn A/B	17.30-19.30 Lenzburg	Ivo				Alex
Kn C/D	19-21 h Lenzburg		Bujar		Bujar	
Woche 3			19.7.		21.7.	
Md 17:00-19:00	NUR in Lenzburg		Mirjam		Alex	
Kn 19:00-21:00	NUR in Lenzburg		Mirjam		Alex	
Woche 4			26.7.		28.7.	
Md 17:00-19:00	NUR in Lenzburg		Mirjam		Alex	
Kn 19:00-21:00	NUR in Lenzburg		Mirjam		Alex	

B1 und B2 haben Training in Wettingen. Training in Seon am DI fällt aus

falls weniger als 3 --> mit C/D trainieren (Koordination Harry)

B1 und B2 haben Training in Wettingen. Training in Seon am DI fällt aus

falls weniger als 3 --> mit C/D trainieren (Koordination Harry)

Diese Woche finden ALLE Trainings NUR in Lenzburg statt!

Diese Woche finden ALLE Trainings NUR in Lenzburg statt!

Natellnummern:

Sammy	078 922 33 31
Alex	079 322 57 14
Mirjam	079 823 46 87
Bujar	076 523 75 48
Stefan	079 667 23 70
Ivo	079 400 84 09

