



Trainingsplan Sommer 2018

gültig vom 01. April - 31. Oktober 2018

Stand 19.03.2018

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
10:00 - 10:30								10:00 - 10:30
10:30 - 11:00								10:30 - 11:00
11:00 - 11:30						Wettkampf TG Max Klapper		11:00 - 11:30
11:30 - 12:00								11:30 - 12:00
12:00 - 12:30								12:00 - 12:30
12:30 - 13:00								12:30 - 13:00
13:00 - 13:30								13:00 - 13:30
13:30 - 14:00						Wettkampf TG Pascal Keil		13:30 - 14:00
14:00 - 14:30								14:00 - 14:30
14:30 - 15:00	OGS Cabrioli							14:30 - 15:00
15:00 - 15:30	Max Klapper							15:00 - 15:30
15:30 - 16:00								15:30 - 16:00
16:00 - 16:30				Kadertraining Burgmühle Jürgen Schubert			Wettkampf	16:00 - 16:30
16:30 - 17:00							TG Sylke Brinkmann	16:30 - 17:00
17:00 - 17:30		Wettkampf TG Malte Nordkämpfer			Nachwuchs Jugend offene TG C. Tollwerth	Nachwuchs Kanuslalom/ Wettkampf Ole/Philipp	Wettkampf TG Lars Koebe	17:00 - 17:30
17:30 - 18:00					Wettkampf TG Malte Nordkämpfer			17:30 - 18:00
18:00 - 18:30	Wettkampf TG Max Klapper							18:00 - 18:30
18:30 - 19:00		Wildwasser Breitensport offene TG Thomas/		Wettkampf TG Lars Koebe				18:30 - 19:00
19:00 - 19:30		Wettkampf TG Pascal Keil						19:00 - 19:30
19:30 - 20:00								19:30 - 20:00
20:00 - 20:30								20:00 - 20:30
20:30 - 21:00								20:30 - 21:00
21:00 - 21:30								21:00 - 21:30
21:30 - 22:00								21:30 - 22:00

NA- Training
NA-Kanuslalom
 TG Malte
 TG Pascal
 TG Max
 TG Sylke
 TG Lars

Nachwuchs- und Anfängertraining: offene TG für alle Teilnehmer des Nachwuchs-Trainings, Termine am Bootshaus ausgehen
Nachwuchstraining für Kanuslalom/Wettkampf; Überleitung von NA-Training allgemein (s.o.),

Trainingsgruppen Wettkampf: Trainer geben Trainingsinhalte selbstständig vor; Ort Burgmühle, wenn nicht anders besprochen
offene Trainingsgruppe: Wildwasser/Breitensport an der Burgmühle; Treffen am Bootshaus

OGS Training
Training offene Ganztags-Schule: Trainingsangebot des WSC in Kooperation mit dem Ev.-Gymnasium