



# 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						
10:30 - 11:00					<b>Wettkampf</b> TG Max	
11:00 - 11:30					Klapper	
11:30 - 12:00						
12:00 - 12:30						
12:30 - 13:00						
13:00 - 13:30						
13:30 - 14:00					<b>Wettkampf</b> TG Pascal	
14:00 - 14:30					Keil	
14:30 - 15:00	<b>OGS Cabrioli</b>					
15:00 - 15:30	Max Klapper					
15:30 - 16:00						<b>Wettkampf</b>
16:00 - 16:30			<b>Kadertraining</b> Burgmühle		<b>Nachwuchs Kanuslalom/</b> <b>Wettkampf</b>	TG Lars
16:30 - 17:00			Jürgen Schubert			Brinkmann
17:00 - 17:30				<b>Wettkampf</b> TG Malte	<b>Nachwuchs</b>	Koebe
17:30 - 18:00	<b>Wettkampf</b> TG Malte			Nordkämpfer	<b>Jugend</b> offene TG	
18:00 - 18:30	Nordkämpfer	<b>Wildwasser</b> <b>Breitensport</b> offene TG	<b>Wettkampf</b> TG Sylke		Ole/Philipp	
18:30 - 19:00		Thomas/	TG Lars			
19:00 - 19:30	<b>Wettkampf</b> TG Pascal		Koebe			
19:30 - 20:00	Keil					
20:00 - 20:30						
20:30 - 21:00						
21:00 - 21:30						
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