

Rahmentrainingsplan Saison 2024/ 2025

Montag

13.45 - 16.45 Uhr Patch

17.00 - 18.00 Uhr Athletik nach Absprache



19.15 - 20.00 Uhr Eistanz

19.15 - 20.45 Uhr Formation

Dienstag

13.30 - 17.00 Uhr Patch

Mittwoch

15.45 - 16.45 Uhr Meisterschaftsläufertraining Gruppe 3

16.45 - 17.45 Uhr Meisterschaftsläufertraining Gruppe 2

17.45 - 18.45 Uhr Meisterschaftsläufertraining Gruppe 1

19.00 - 19.45 Uhr Vereinstraining Erwachsene + Jugendliche

19.00 - 20.00 Uhr Athletik nach Absprache



Donnerstag

13.30 - 17.00 Patch

Freitag

13.30 - 16.00 Uhr Patch Meisterschaftsläufer

16.00 - 17.00 Uhr Patch

Samstag

08.00 - 08.45 Uhr Erwachsene mit KK

Vereinstraining für Gruppe 3

08.45 - 09.30 Uhr Vereinstraining für Gruppen 1 und 2

09.30 - 10.15 Uhr Vereinstraining für Anfänger (Eisbären, Schneeflöckchen).

Bronze-, Silber- und Goldgruppe

Ab 12.10.24 verschieben sich samstags alle Gruppen um jeweils 30 min nach vorne. Das Training findet dann also immer von 7.30 - 09.45 Uhr statt!