

Trainingsplan November 2025

01.11.25	07.45 – 08.40 Uhr Gruppe 3 08.40 – 09.45 Uhr Gruppen 2 + 1 Feiertag! Kein Anfängertraining und kein Training für Erwachsene!
02.11.25	trainingsfrei
03.11.25	12.15 – 16.00 Uhr Patch Freies Patch nur von 15.00 – 16.00 Uhr! 19.00 – 20.30 Uhr Formation + Eistanz
04.11.25	10.30 – 12.45 Uhr Patch Freies Patch nur von 10.30 -11.30 Uhr! 13.00 – 14.45 Uhr Patch
05.11.25	12.00 – 14.30 Uhr Patch Nur für LäuferInnen mit Kürmusik! 14.45 – 16.45 Uhr Patch T3
06.11.25	12.15 – 13.30 Uhr Patch Nur für Läuferinnen der Kategorien Jugend, Junioren und Young Adult! 13.30 – 17.00 Uhr Patch 16.00 – 17.00 Uhr freies Patch
07.11.25	12.00 – 14.45 Uhr Patch Kein freies Patch! 15.00 – 16.00 Uhr Patch T3 Kein freies Patch!
08.11.25	07.30 – 09.45 Uhr Vereinstraining nach Rahmentrainingsplan
09.11.25	trainingsfrei
10.11.25	Patch wie Formation entfallen!
11.11.25	13.30 – 17.00 Uhr Patch
12.11.25	15.45 – 18.45 Uhr Vereinstraining Gruppen 1-3 19.00 – 19.45 Uhr Erwachsene + Jugendliche
13.11.25	13.30 – 17.00 Uhr Patch
14.11.25	12.30 – 17.15 Uhr Patch
15.11.25	07.30 – 09.45 Uhr Vereinstraining nach Rahmentrainingsplan
16.11.25	trainingsfrei
17.11.25	13.45 – 17.15 Uhr Patch 19.00 – 20.30 Uhr Formation + Eistanz
18.11.25	13.30 – 16.45 Uhr Patch
19.11.25	11.45 – 14.30 Uhr Patch T2 Freies Patch 11.45 – 14.30 Uhr! 14.45 – 16.30 Uhr Patch Arena Kein Training für Erwachsene + Jugendliche!
20.11.25	13.30 – 17.00 Uhr Patch
21.11.25	13.30 – 14.45 Uhr Patch
22.11.25	07.30 – 09.45 Uhr Vereinstraining nach Rahmentrainingsplan
23.11.25	trainingsfrei
24.11.25	13.45 – 17.15 Uhr Patch 19.00 – 20.30 Uhr Formation + Eistanz
25.11.25	13.30 – 16.45 Uhr Patch
26.11.25	15.45 – 18.45 Uhr Vereinstraining Gruppen 1-3 19.00 – 19.45 Uhr Erwachsene + Jugendliche

27.11.25	15.15 – 18.30 Uhr Patch T3
28.11.25	15.00 – 17.45 Uhr Patch
29.11.25	07.30 – 09.45 Uhr Vereinstraining nach Rahmentrainingsplan
30.11.25	trainingsfrei

Auf der kleinen Bahn (T3) gilt:

- kein freies Patch
- jeder kann insgesamt nur 1 Stunde bleiben
- Hobbyläufer dürfen nur zu ihrem Unterricht kommen

Bitte beachten:

An sämtlichen schulfreien Tagen (außer Samstag) kostet das Patch 10€.