

Trainingsplan Saison 2025 / 2026 - Ellen

	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
	Rasen vorne	Rasen hinten	Rasen vorne	Rasen hinten	Rasen vorne	Rasen hinten	Rasen vorne	Rasen hinten	Rasen vorne	Rasen hinten
Uhrzeit										
16.30										
16.45										
17.00										
17.15										
17.30	D3	E1	E2					F2		
17.45										
18.00										
18.15										
18.30					F3		A2			
18.45										
19.00										
19.15										
19.30				Selgersdorf						
19.45										
20.00										
20.15										
20.30							Selgersdorf			
20.45										
21.00										