

Trainingsplan April 2023

Legende:

MTB	Mountainbike, 16:30 Uhr Rollenraum
AT	Athletik, 16:30 Uhr Rollenraum
AT-D	Athletik, 16:30 Uhr DSC-Halle – Sportzeug für draußen und drinnen!
KaM (ab U17)	Krafttraining, Di 19:00 – 20:30 Uhr DSC-Halle

Trainingsgruppe / Tag	Ferien																	
	Sa 1	So 2	Di 4	Do 6	Sa 8	So 9	Di 11	Do 13	Sa 15	So 16	Di 18	Do 20	Sa 22	So 23	Di 25	Do 27	Sa 29	So 30
TG 1	XCO-Bikecup (Brandis) / CZ-MTB-Cup (Kutna Hora)		MTB	-					Bundes-NWS (Hausach)		AT-D	XCO-Bikecup (Werdau) / MTB-Bundesliga (Heubach)		MTB	CZ-MTB-Cup (Mesto Tousek)			
TG 2			AT-D							AT-D	MTB							
TG 3		MTB	AT-D							MTB	AT-D		MTB					
TG 4		MTB	AT							MTB	AT-D		MTB	MTB				
TG 5		MTB	AT							MTB	AT		MTB	MTB				
TG 6		MTB	AT							MTB	AT		MTB	MTB				
TG 6+		MTB	AT							MTB	AT		MTB	MTB				