

Trainingsplan März 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	Do 2	Sa 4	So 5	Di 7	Do 9	Fr 10	Sa 11	So 12	Di 14	Do 16	Sa 18	So 19	Di 21	Do 23	Sa 25	So 26	Di 28	Do 30			
TG 1	AT-D				MTB	Mitgliederversammlung (DSC-Halle)	MTB-Bundesliga (Krumbach / Obergesertshausen)			MTB				AT-D				MTB			
TG 2	AT-D				MTB						MTB				AT-D					MTB	
TG 3	AT-D			MTB	MTB						MTB				MTB	AT-D				MTB	
TG 4	MTB			MTB	MTB						MTB	MTB			MTB	AT-D				MTB	MTB
TG 5	AT			MTB	MTB						MTB	MTB			MTB	AT				MTB	MTB
TG 6				MTB							MTB				MTB					MTB	
	AT			KaM	MTB						KaM	MTB			KaM	AT				-	MTB
TG 6+				MTB					MTB				MTB					MTB			
	AT			KaM	MTB				KaM	MTB			KaM	AT				-	MTB		