

Trainingsplan Wintersaison 2025/26 Wettkampf

Zeit	Montag	Montag	Zeit	Dienstag	Zeit	Mittwoch	Zeit	Donnerstag	Zeit	Freitag	Freitag	Zeit
8.00			8.00		8.00		8.00		8.00			8.00
8.30			8.30	Justin, Timo	8.30		8.30	Justin	8.30			8.30
9.00	Timo		9.00	Platz 3	9.00		9.00	Platz 4	9.00			9.00
9.30	Platz 4		9.30		9.30		9.30		9.30			9.30
10.00			10.00	Aaliyah	10.00		10.00		10.00			10.00
10.30			10.30	Platz 3	10.30		10.30	Malou, Yana	10.30			10.30
11.00	Malou		11.00		11.00		11.00	Platz 3	11.00			11.00
11.30	Platz 3		11.30		11.30		11.30		11.30			11.30
12.00			12.00		12.00		12.00		12.00			12.00
12.30			12.30		12.30		12.30		12.30			12.30
13.00			13.00		13.00		13.00		13.00		Samuel	13.00
13.30			13.30	Yana	13.30		13.30	Hanna	13.30	Malou / Yana	Platz 2	13.30
14.00		Rollis	14.00	Platz 4	14.00	Jun B	14.00	Platz 2	14.00	Alle 14 Tage	Lars, Samuel	14.00
14.30		Platz 1	14.30	Justin	14.30		14.30		14.30	Emilia, Sophia	Rafael, Luis	14.30
15.00			15.00	Platz 4	15.00	Nelio, Lars	15.00		15.00	Sophia Nora,	Platz 2	15.00
15.30		Samuel	15.30		15.30	Rafael	15.30		15.30	Erazem (Sparring)		15.30
16.00	Lars, Nelio	Platz 1	16.00	Emilia	16.00	Platz 2	16.00		16.00	Platz 1		16.00
16.30	alle 14 Tage	Joris, Erazem	16.30	Platz4	16.30	Yolanda,	16.30	Malou, Yolanda	16.30	Yana, Aaliyah	David, Nelio	16.30
17.00	Malou, Yolanda	Emilia,	17.00		17.00	Joris, Erazem	17.00	Yana, Aaliyah	17.00	Lumi, Malou	Ivan	17.00
17.30	Yana, Aaliyah	Platz 1	17.30	Erazem, Joris	17.30	Platz 2	17.30	Platz 4	17.30	Platz 1	Platz 2	17.30
18.00	Platz 3		18.00	Platz 4	18.00		18.00	Justin, Timo	18.00	Justin		18.00
18.30			18.30	Yana, Malou	18.30		18.30	Platz 3	18.30	Platz 1		18.30
19.00			19.00	Lumi	19.00		19.00		19.00			19.00
19.30	Timo + Justin		19.30	Platz 4	19.30		19.30		19.30			19.30
20.00	Platz 3		20.00		20.00		20.00		20.00			20.00
20.30			20.30		20.30		20.30		20.30			20.30
21.00			21.00		21.00		21.00		21.00			21.00

Jean-Yves

Oliver

Karin