

TSFM Trainingsplan 2016

Stand: 14.6.2016

Juli		Gruppen													
		A	B	C	D	L	BS	TT	J1	J2	H1	H2	FT	FTT	FTJ
1 Fr								X						X	X
2 Sa															
3 So	X	X	X	X	X	X	X							X	X
4 Mo															
5 Di							X							X	
6 Mi		27						X	X	X	X	X	X	X	
7 Do															
8 Fr								0						X	X
9 Sa															
10 So	X	X	X	X	X	X	X							X	X
11 Mo															
12 Di							0							X	
13 Mi		28						X	X	X	X	X	X	X	
14 Do															
15 Fr							X							X	X
16 Sa															
17 So	X	X	X	X	X	X	X							X	X
18 Mo															
19 Di							X							X	
20 Mi		29						X	X	X	X	X	X	X	
21 Do															
22 Fr							0							X	X
23 Sa															
24 So	X	X	X	X	X	X	X							X	X
25 Mo															
26 Di							0							X	
27 Mi		30						X	X	X	X	X	X	X	
28 Do															
29 Fr							3							3	3
30 Sa															
31 So	3	3	3	3	3	3	3							3	3

August		Gruppen													
		A	B	C	D	L	BS	TT	J1	J2	H1	H2	FT	FTT	FTJ
1 Mo															
2 Di							3							3	
3 Mi		31							3	3	3	3	3	3	
4 Do															
5 Fr							3							3	3
6 Sa															
7 So	3	3	3	3	3	3	3							3	3
8 Mo															
9 Di							3							3	
10 Mi		32							3	3	3	3	3	3	
11 Do															
12 Fr							3							3	3
13 Sa															
14 So	3	3	3	3	3	3	3							3	3
15 Mo															
16 Di							3							3	
17 Mi		33							3	3	3	3	3	3	
18 Do															
19 Fr							3							3	3
20 Sa															
21 So	3	3	3	3	3	3	3							3	3
22 Mo															
23 Di							3							3	
24 Mi		34							3	3	3	3	3	3	
25 Do															
26 Fr							3							3	3
27 Sa															
28 So	3	3	3	3	3	3	3							3	3
29 Mo															
30 Di							3							3	
31 Mi		35							3	3	3	3	3	3	

September		Gruppen													
		A	B	C	D	L	BS	TT	J1	J2	H1	H2	FT	FTT	FTJ
1 Do															
2 Fr								3							3
3 Sa															3
4 So	3	3	3	3	3	3	3								3
5 Mo															
6 Di							3								3
7 Mi		36							3	3	3	3	3	3	3
8 Do															
9 Fr								3							3
10 Sa															3
11 So	3	3	3	3	3	3	3								3
12 Mo															
13 Di							X								X
14 Mi		37							X	X	X	X	X	X	X
15 Do															
16 Fr								X							X
17 Sa															X
18 So	X	X	X	X	X	X	X								X
19 Mo															
20 Di							0								X
21 Mi		38							X	X	X	X	X	X	X
22 Do															
23 Fr							0								X
24 Sa															
25 So	X	X	X	X	X	X	X								X
26 Mo															
27 Di								X							X
28 Mi		39							X	X	X	X	X	X	X
29 Do															
30 Fr							X								X

Folgendes Training findet in der Sommertalhalle statt:

Gruppe	Trainer	Zeit	Anmerkung
D	K. Deike-Maier	sonntags 16:30 – 17:30 Uhr	
C	K. Deike-Maier	sonntags 17:30 – 18:30 Uhr	
B	S. Deike	sonntags 18:30 – 19:30 Uhr	
Linedance (L)	S. Deike	sonntags 19:30 – 20:15 Uhr	
A	S. Deike	sonntags 20:15 – 21:15 Uhr	
Breitensporttraining (BS)	K. Deike-Maier	sonntags 21:15 – 22:00 Uhr	
Turniertraining (TT)	E. Schäffler	freitags 19:00 – 21:00 Uhr	nach Absprache
Breitensporttraining (BS)	K. Deike-Maier	dienstags 19:30 – 21:00 Uhr	14-tägig
Tanzstunde (J1)	S. Mayer	mittwochs 16:00 – 17:00 Uhr	
Jugend-Club Fortgeschrittene (J2)	S. Mayer	mittwochs 17:00 – 18:00 Uhr	
Hip Hop 1 (H1)	J. Winze	mittwochs 18:00 – 19:00 Uhr	
Hip Hop 2 (H2)	J. Winze	mittwochs 19:00 – 20:00 Uhr	
Freies Training Erw.:	alle Gruppen, Std./Lat. (FT)	mittwochs 20:00 – 22:00 Uhr	
	Turnier- / Breitensportpaare (FTT)	freitags 19:00 – 22:00 Uhr	bei TT 21:00 – 22:00 Uhr
	Turnier- / Breitensportpaare (FTT)	sonntags 14:00 – 16:30 Uhr	verkürzt auf 16:30 Uhr
	Turnier- / Breitensportpaare (FTT)	dienstags 18:00 – 22:00 Uhr	bei BS 18:00 – 19:30 Uhr
Freies Training Jug.:	Jugend Turniergruppe (FTJ)	freitags 18:00 – 19:00 Uhr	
	Jugend Turniergruppe (FTJ)	sonntags 12:00 – 14:00 Uhr	

0

Freies Training für Turnier- / Breitensportpaare

3

kein Training (Feiertag / Ferien)
Mittwoch 16 – 19 Uhr freies Training der Jugend – Turniergruppe
sonst freies Training für Turnier und Breitensportpaare (Sommertalhalle)

Allg. Infos: 28.7. - 11.9. Sommerferien