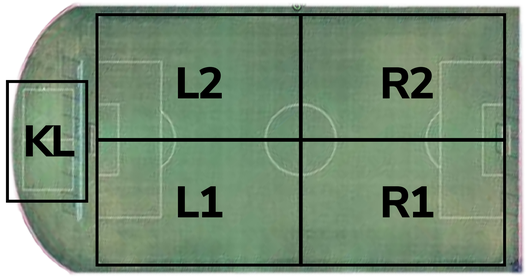
Trainingsplan

Spielfeld:



Zeit:	Montag					Dienstag					Mittwoch					Donnerstag					Freitag				
	L1	L2	R1	R2	KL	L1	L2	R1	R2	KL	L1	L2	R1	R2	KL	L1	L2	R1	R2	KL	L1	L2	R1	R2	KL
16:00-16:30																									
16:30-17:00																									
17:00-17:30			F2	F1	G1								E	F1									F1	E	G1
17:30-18:00	D4	D1	F2	F1	G1	D2	D3	C1	C2		C1	D1	E	F1		D2	D3	C1	C2		D4	D1	F1	E	G1
18:00-18:30	D4	D1	F2	F1	G1	D2	D3	C1	C2		C1	D1	E	F1		D2	D3	C1	C2		D4	D1	F1	E	G1
18:30-19:00	D4	D1			D2	D2	D3	C1	C2		C1	D1				D2	D3	C1	C2		D4	D1			
19:00-19:30			B	B	D2								B	B									B	B	
19:30-20:00			B	B	D2	1M	1M	2M	2M				B	B		1M	1M	2M	2M		1M	1M	B	B	
20:00-20:30			B	B		1M	1M	2M	2M				B	B		1M	1M	2M	2M		1M	1M	B	B	
20:30-21:00						1M	1M	2M	2M							1M	1M	2M	2M		1M	1M			
21:00-21:30																									
21:30-22:00																									