

Sportplan Ruderverein Winter 2023/24

Allgemein
Jugend
Leistungssport

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08:00						Daniel Schwimmtraining	
09:00						Joe Krafttraining	
10:00							Mark Ergotraining
11:00							10:00 - 11:30
12:00							
15:00							
16:00							
17:00			Joe Jugend	Joe Rennjugend	Joe Jugend		
18:00	Breitensport Ergotraining	Joe	17:00 - 19:00 RV	Mark Ergotraining	17:00 - 19:00	Konrad Ergotraining	
19:00	18:00 - 19:30	Hallentraining 18:30 - 20:00		18:00 - 19:30		18:00 - 19:30	
20:00							

Belegungsplan Ergo-Raum 2023/24

Allgemein
Jugend
Leistungssport

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08:00							
09:00						Joe	
10:00						Rennjugend 9:00 - 11:00	Mark Ergotraining 10:00 - 11:30
11:00							
12:00							
15:00							
16:00							
17:00		Joe Rennjugend 17:00 - 19:00	Joe Rennjugend	Joe Jugend 17:00 - 19:00			
18:00	Breitensport Ergotraining		Mark Ergotraining		Konrad Ergotraining		
19:00	18:00 - 19:30		18:00 - 19:30		18:00 - 19:30		
20:00							

Belegungsplan Kraftraum 2023/24

- Allgemein
- Jugend
- Leistungssport

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08:00							
09:00						Joe Rennjugend 09:00 - 11:00	
10:00							
11:00							
12:00							
15:00							
16:00							
17:00	Joe Rennjugend 17:30 - 19:30			Joe Rennjugend 17:30 - 19:30			
18:00							
19:00							
20:00							