

Trainingsplan 2023



Dienstag

Gustav-Heinemann-Schulzentrum Halle 2, Kirchstr. 63, 46539 Dinslaken

Gruppe A

17.00 Treffpunkt Parkplatz

17.15-18.00

18.15 Verlassen der Halle

Gruppe B

18.15 Treffpunkt vor der Umkleide

18.30-19.55

20.00 Verlassen der Halle

Donnerstag

Gustav-Heinemann-Schulzentrum Halle 2, Kirchstr. 63, 46539 Dinslaken

Gruppe C

17.00 Treffpunkt Parkplatz

17.15-18.00

18.15 Verlassen der Halle

Gruppe D

18.15 Treffpunkt vor der Umkleide

18.30-19.55

20.00 Verlassen der Halle

Sonntag

Gustav-Heinemann-Schulzentrum Halle 2, Kirchstr. 63, 46539 Dinslaken

17.00-22.00 Küraufbau sowie Küren durchlaufen, Trainingsplan nach vorheriger Eintragung

Ein Probetraining ist Dienstag und Donnerstag unter vorheriger Anmeldung 0177-2441087 möglich!

Änderungen vorbehalten!!!