

Trainingsplan der Trainingsgruppe U15/U18 am LSP Leipzig



Zeitraum: 17.07. - 18.08.2023 Wettkampf:

<i>Montag</i>	<i>Dienstag</i>	<i>Mittwoch</i>	<i>Donnerstag</i>	<i>Freitag</i>	<i>Samstag</i>	<i>Sonntag</i>
Vormittag	Vormittag	Vormittag	Vormittag	Vormittag	Vormittag	Vormittag
	10:00 - 12:00Uhr			10:00 - 12:00Uhr		
Training nach Absprache bzw. Trainingsplan	Athletik	Training nach Absprache bzw. Trainingsplan	Training nach Absprache bzw. Trainingsplan	Athletik (kein Training am 21.07.2023)		
Nachmittag	Nachmittag	Nachmittag	Nachmittag	Nachmittag	Nachmittag	Nachmittag
18:00 - 19:30 Uhr		18:00 - 19:30 Uhr	18:00 - 19:30			
Technik Randori	Training nach Absprache bzw. Trainingsplan	Technik Randori	Technik Randri (kein Training am 20.07.2023)	Training nach Absprache bzw. Trainingsplan		