

# CoronaTrainingsplan

Startzeit	Zeitblöcke											
08:00	1h											
UHRZEIT	MONTAG HALLE	MONTAG TURNPLATZ	DIENSTAG HALLE	DIENSTAG TURNPLATZ	MITTWOCH HALLE	MITTWOCH TURNPLATZ	DONNERSTAG HALLE	DONNERSTAG TURNPLATZ	FREITAG HALLE	FREITAG TURNPLATZ	SAMSTAG HALLE	SAMSTAG TURNPLATZ
08:00											8:30 - 13:30 Uhr Kunstturnen weiblich (Jutta Mücke-Klämt)	
09:00	9:00 - 10:00 Uhr Fit in die Woche (Waltraud Weber)				9:00 - 9:45 Uhr Rückenfit Gruppe 1 (Sonja Noll)						8:30 - 13:30 Uhr Kunstturnen weiblich (Jutta Mücke-Klämt)	
10:00					9:55 - 10:40 Uhr Rückenfit Gruppe 2 (Sonja Noll)						8:30 - 13:30 Uhr Kunstturnen weiblich (Jutta Mücke-Klämt)	10:30 - 12:30 Uhr LA U16/U18 (Jörg Müller/HP Krings)
11:00											8:30 - 13:30 Uhr Kunstturnen weiblich (Jutta Mücke-Klämt)	10:30 - 12:30 Uhr LA U16/U18 (Jörg Müller/HP Krings)
12:00											8:30 - 13:30 Uhr Kunstturnen weiblich (Jutta Mücke-Klämt)	10:30 - 12:30 Uhr LA U16/U18 (Jörg Müller/HP Krings) 12:45 - 14:45 Uhr LA Werfer (Sebastian Martin)
13:00												12:45 - 14:45 Uhr LA Werfer (Sebastian Martin)
14:00					13:45 - 18:50 Uhr Kunstturnen weiblich (Jutta Mücke-Klämt)	13:30 - 18:00 Uhr Kunstturnen weiblich (Jutta Mücke-Klämt)	14:30 - 15:30 Uhr Fit im Alter (ab Juli, Ursula Schmidt-Farda)		14:20 - 16:00 Uhr Gerätturnen weiblich (Elena Stähler)	14:15 - 15:45 Uhr Gerätturnen weiblich (Sophia Stähler)		12:45 - 14:45 Uhr LA Werfer (Sebastian Martin)
15:00	15:00 - 16:50 Uhr Gerätturnen weiblich (Elena Stähler)	15:15 - 16:45 Uhr Gerätturnen weiblich (Jacqueline Dennes)			13:45 - 18:50 Uhr Kunstturnen weiblich (Jutta Mücke-Klämt)	13:30 - 18:00 Uhr Kunstturnen weiblich (Jutta Mücke-Klämt)	14:30 - 15:30 Uhr Fit im Alter (ab Juli, Ursula Schmidt-Farda)		14:20 - 16:00 Uhr Gerätturnen weiblich (Elena Stähler)	14:15 - 15:45 Uhr Gerätturnen weiblich (Sophia Stähler)		
16:00	15:00 - 16:50 Uhr Gerätturnen weiblich (Elena Stähler)	15:15 - 16:45 Uhr Gerätturnen weiblich (Jacqueline Dennes) 16:30 - 18:00 Uhr Volleyball D2 Gruppe 1 (Joachim Gemeinder)		16:00 - 17:15 Uhr LA U8/U10 (Kerstin Schmitt)	13:45 - 18:50 Uhr Kunstturnen weiblich (Jutta Mücke-Klämt)	13:30 - 18:00 Uhr Kunstturnen weiblich (Jutta Mücke-Klämt)	16:00 - 17:30 Uhr Volleyball D2 Gruppe 1 (Joachim Gemeinder)		16:10 - 18:20 Uhr Gerätturnen weiblich (Elena Stähler)	16:00 - 18:10 Uhr Gerätturnen weiblich (Elena Stähler)		

# CoronaTrainingsplan

Startzeit	Zeitblöcke											
08:00	1h											
UHRZEIT	MONTAG HALLE	MONTAG TURNPLATZ	DIENSTAG HALLE	DIENSTAG TURNPLATZ	MITTWOCH HALLE	MITTWOCH TURNPLATZ	DONNERSTAG HALLE	DONNERSTAG TURNPLATZ	FREITAG HALLE	FREITAG TURNPLATZ	SAMSTAG HALLE	SAMSTAG TURNPLATZ
17:00	17:00 - 18:50 Uhr Gerätturnen weiblich (Elena Stähler)	16:55 - 18:55 Uhr Gerätturnen weiblich (Claudia Stähler) 16:30 - 18:00 Uhr Volleyball D2 Gruppe 1 (Joachim Gemeinder)		16:00 - 17:15 Uhr LA U8/U10 (Kerstin Schmitt)	13:45 - 18:50 Uhr Kunstturnen weiblich (Jutta Mücke-Klämt)	13:30 - 18:00 Uhr Kunstturnen weiblich (Jutta Mücke-Klämt) 17:00 - 18.44 Uhr LA U16/U18 (HP Krings)	16:00 - 17:30 Uhr Volleyball D2 Gruppe 1 (Joachim Gemeinder) 17:40 - 19:10 Uhr Volleyball D2 Gruppe 2 (Joachim Gemeinder)	17:10 - 19:25 Uhr LA U14 (Catrin Gemeinder/Paulina Becker) 17:15 - 19:30 Uhr LA U12 (Sabine Stückel)	16:10 - 18:20 Uhr Gerätturnen weiblich (Elena Stähler)	16:00 - 18:10 Uhr Gerätturnen weiblich (Elena Stähler)		
18:00	17:00 - 18:50 Uhr Gerätturnen weiblich (Elena Stähler)	16:55 - 18:55 Uhr Gerätturnen weiblich (Claudia Stähler) 18:10 - 19:40 Uhr Volleyball D2 Gruppe 2 (Joachim Gemeinder)	18:45 - 20:00 Uhr Fit forever (Katrin Grasse)	18:10 - 19:00 LA U12 17:30 - 19:45 Uhr LA U14 (Catrin Gemeinder/Paulina Becker)	13:45 - 18:50 Uhr Kunstturnen weiblich (Jutta Mücke-Klämt)	17:00 - 18:40 Uhr LA U16/U18 (HP Krings) 18:10 - 20:15 Uhr LA Werfer (Sebastian Martin)	17:40 - 19:10 Uhr Volleyball D2 Gruppe 2 (Joachim Gemeinder)	17:10 - 19:25 Uhr LA U14 (Catrin Gemeinder/Paulina Becker) 17:15 - 19:30 Uhr LA U12 (Sabine Stückel)	16:10 - 18:20 Uhr Gerätturnen weiblich (Elena Stähler) 18:30 - 20:00 Uhr Volleyball Damen 1 (Jörg Thorwarth)	16:00 - 18:10 Uhr Gerätturnen weiblich (Elena Stähler) 18:00 - 20:00 Uhr LA Werfer (Sebastian Martin)		
19:00	19:15 - 20:00 Uhr Bodyforming (Waltraud Weber)	18:10 - 19:40 Uhr Volleyball D2 Gruppe 2 (Joachim Gemeinder)	18:45 - 20:00 Uhr Fit forever (Katrin Grasse)	18:10 - 19:30 LA U12 17:30 - 19:45 Uhr LA U14 (Catrin Gemeinder/Paulina Becker)	19:00 - 20:00 Uhr Zumba (Melanie Bertram)	18:10 - 20:15 Uhr LA Werfer (Sebastian Martin)	19:20 - 20:05 Uhr Aerobic (Waltraud Weber)	17:10 - 19:25 Uhr LA U14 (Catrin Gemeinder/Paulina Becker) 17:15 - 19:30 Uhr LA U12 (Sabine Stückel)	18:30 - 20:00 Uhr Volleyball Damen 1 (Jörg Thorwarth)	18:40 - 20:10 Uhr Leichtathletik Senioren (Peter Seel) unter Vorbehalt		
20:00	20:15 - 22:00 Uhr Volleyball D1 (Jörg Thorwarth)	20:10 - 21:10 Uhr Gymnastik 1 (ab Juli, Ursula Schmidt-Farda) (alternativ Donnerstag Vormittag in der Halle??)	20:15 - 21:45 Uhr Gymnastik 2 (Alexandra Laux)	20:10 - 22:00 Uhr Volleyball Herren (Andreas Pakszies)	20:10 - 21:40 Uhr Fit sein - fit bleiben (Carina Körner)		20:15 - 21:45 Uhr Montanas (Bettina Schneider)	20:00 - 21:30 Sportabzeichen (Ursula Schmidt-Farda)	20:10 - 22:00 Uhr Volleyball Herren (Andreas Pakszies)			
21:00	20:15 - 22:00 Uhr Volleyball D1 (Jörg Thorwarth)		20:15 - 21:45 Uhr Gymnastik 2 (Alexandra Laux)	20:10 - 22:00 Uhr Volleyball Herren (Andreas Pakszies)	20:10 - 21:40 Uhr Fit sein - fit bleiben (Carina Körner)		20:15 - 21:45 Uhr Montanas (Bettina Schneider)	20:00 - 21:30 Sportabzeichen (Ursula Schmidt-Farda)	20:10 - 22:00 Uhr Volleyball Herren (Andreas Pakszies)			
22:00												