

Tabelle1

TCA Trainingsplan 2. Halbjahr 2019

Datum	Trainer	Traininginhalt	
05.07.2019	Simone J.	Technik	
12.07.2019	Simone J.	Technik	
19.07.2019	Simone J.	Technik	
26.07.2019	Björn	Spiel & Spass	
02.08.2019			Sommerferien
09.08.2019			Sommerferien
16.08.2019			Sommerferien
23.08.2019			Sommerferien
30.08.2019			Sommerferien
06.09.2019			Sommerferien
13.09.2019	Micha R.	Ausdauer/Kraft	
20.09.2019	Ute	Ausdauer/Kraft	
27.09.2019	Björn	Ausdauer/Kraft	
04.10.2019	Verena	Apnoe	
11.10.2019	Simone J.	Koordination	
18.10.2019	Simone J.	Koordination	
25.10.2019	Verena	Koordination	
01.11.2019			Feiertag
08.11.2019	Tabea	Spiel & Spass	
15.11.2019	Verena/Frank	Apnoe	
22.11.2019	Verena/Frank	Apnoe	
29.11.2019	Verena/Frank	Apnoe	
06.12.2019	Björn	Spiel & Spass	Nikolaus
13.12.2019	Ute	Aqua Fitness	
20.12.2019	Simone J.	Kombi Jug./Erw.	
27.12.2019		Freies Training	

2020

03.01.2020		Freies Training	
10.01.2020	Simone J.	Technik	
17.01.2020	Simone J.	Technik	
24.01.2020	Simone J.	Technik	
31.01.2020	Micha R.		
07.02.2020	Ute	Aqua Fitness	
14.02.2020	Björn	Sicherh. im Wasser	
21.02.2020	Micha R.	Sicherh. im Was	Fastnacht
28.02.2020	Björn	Sicherh. im Wasser	