

# Trainingsplan 2022



Januar		Februar		März		April		Mai		Juni		Juli		August		September		Oktober		November		Dezember	
1 Sa		1 Di		1 Di		1 Fr		1 So		1 Mi		1 Fr		1 Mo		1 Do		1 Sa		1 Di		1 Do	
2 So		2 Mi		2 Mi		2 Sa		2 Mo		2 Do		2 Sa		2 Di		2 Fr		2 So		2 Mi		2 Fr	
3 Mo	Jonas Herrmann	3 Do		3 Do		3 So		3 Di		3 Fr		3 So		3 Mi		3 Sa		3 Mo		3 Do		3 Sa	
4 Di		4 Fr		4 Fr		4 Mo		4 Mi		4 Sa		4 Mo		4 Do		4 So		4 Di		4 Fr		4 So	
5 Mi		5 Sa		5 Sa		5 Di		5 Do		5 So		5 Di		5 Fr		5 Mo		5 Mi		5 Sa		5 Mo	
6 Do		6 So		6 So		6 Mi		6 Fr		6 Mo		6 Mi		6 Sa		6 Di		6 Do		6 So		6 Di	
7 Fr		7 Mo	Christoph Allard	7 Mo	Christoph Allard	7 Do		7 Sa		7 Di		7 Do		7 So		7 Mi		7 Fr		7 Mo		7 Mi	
8 Sa		8 Di		8 Di		8 Fr		8 So		8 Mi		8 Fr		8 Mo		8 Do		8 Sa		8 Di		8 Do	
9 So		9 Mi		9 Mi		9 Sa		9 Mo		9 Do		9 Sa		9 Di		9 Fr		9 So		9 Mi		9 Fr	
10 Mo	Jürgen Meier	10 Do		10 Do		10 So		10 Di		10 Fr		10 So		10 Mi		10 Sa		10 Mo		10 Do		10 Sa	
11 Di		11 Fr		11 Fr		11 Mo		11 Mi		11 Sa		11 Mo		11 Do		11 So		11 Di		11 Fr		11 So	
12 Mi		12 Sa		12 Sa		12 Di		12 Do		12 So		12 Di		12 Fr		12 Mo		12 Mi		12 Sa		12 Mo	
13 Do		13 So		13 So		13 Mi		13 Fr		13 Mo		13 Mi		13 Sa		13 Di		13 Do		13 So		13 Di	
14 Fr		14 Mo	Jürgen Meier	14 Mo	Jonas Herrmann	14 Do		14 Sa		14 Di		14 Do		14 So		14 Mi		14 Fr		14 Mo		14 Mi	
15 Sa	Neujahrsempfang	15 Di		15 Di		15 Fr		15 So		15 Mi		15 Fr		15 Mo		15 Do		15 Sa		15 Di		15 Do	
16 So		16 Mi		16 Mi		16 Sa		16 Mo		16 Do		16 Sa		16 Di		16 Fr		16 So		16 Mi		16 Fr	
17 Mo	Christoph Allard	17 Do		17 Do		17 So		17 Di		17 Fr		17 So		17 Mi		17 Sa		17 Mo		17 Do		17 Sa	
18 Di		18 Fr		18 Fr		18 Mo		18 Mi		18 Sa		18 Mo		18 Do		18 So		18 Di		18 Fr		18 So	
19 Mi		19 Sa		19 Sa		19 Di		19 Do		19 So		19 Di		19 Fr		19 Mo		19 Mi		19 Sa		19 Mo	
20 Do		20 So		20 So	Mitgliederversammlung	20 Mi		20 Fr		20 Mo		20 Mi		20 Sa		20 Di		20 Do		20 So		20 Di	
21 Fr		21 Mo	Jonas Herrmann	21 Mo	Jürgen Meier	21 Do		21 Sa		21 Di		21 Do		21 So		21 Mi		21 Fr		21 Mo		21 Mi	
22 Sa		22 Di		22 Di		22 Fr		22 So		22 Mi		22 Fr		22 Mo		22 Do		22 Sa		22 Di		22 Do	
23 So		23 Mi		23 Mi		23 Sa		23 Mo		23 Do		23 Sa		23 Di		23 Fr		23 So		23 Mi		23 Fr	
24 Mo	Jonas Herrmann	24 Do		24 Do		24 So		24 Di		24 Fr		24 So		24 Mi		24 Sa		24 Mo		24 Do		24 Sa	
25 Di		25 Fr		25 Fr		25 Mo		25 Mi		25 Sa		25 Mo		25 Do		25 So		25 Di		25 Fr		25 So	
26 Mi		26 Sa		26 Sa		26 Di		26 Do		26 So		26 Di		26 Fr		26 Mo		26 Mi		26 Sa		26 Mo	
27 Do		27 So		27 So		27 Mi		27 Fr		27 Mo		27 Mi		27 Sa		27 Di		27 Do		27 So		27 Di	
28 Fr		28 Mo	Rosenmontag	28 Mo	Christoph Allard	28 Do		28 Sa		28 Di		28 Do		28 So		28 Mi		28 Fr		28 Mo		28 Mi	
29 Sa				29 Di		29 Fr		29 So		29 Mi		29 Fr		29 Mo		29 Do		29 Sa		29 Di		29 Do	
30 So				30 Mi		30 Sa		30 Mo		30 Do		30 Sa		30 Di		30 Fr		30 So		30 Mi		30 Fr	
31 Mo	Jürgen Meier			31 Do				31 Di				31 So		31 Mi				31 Mo				31 Sa	

Kindertraining 17:45 - 18:45 Uhr und Erwachsenentraining 18:45 - 20:00 Uhr in Lebach

Im Hallenbad gilt aktuell 2G+ (geimpft/genesen mit Test oder Boosterimpfung)

Gerätewarte:  
Jürgen Emanuel 06887 4742  
Christoph Kiefer 06881 2355

Vereinstauchen (vorerst nicht möglich)

Zwecks Kontaktnachverfolgung wird eine Teilnehmerliste geführt.