Jahresplan Workout 2026/2027

Okt 26		Nov 26		Dez 26		Jan 27		Feb 27		Mär 27		Apr 27		Mai 27		Jun 27	
Do 01		So 01		Di 01	Circuit	Fr 01		Mo 01		Mo 01		Do 01		Sa 01		Di 01	Circuit
Fr 02		Mo 02		Mi 02		Sa 02		Di 02	Trampolin	Di 02	Trampolin	Fr 02		So 02		Mi 02	
Sa 03		Di 03	Trampolin	Do 03		So 03		Mi 03		Mi 03		Sa 03		Mo 03		Do 03	
So 04		Mi 04		Fr 04		Mo 04		Do 04		Do 04		So 04		Di 04	Circuit	Fr 04	
Mo 05		Do 05		Sa 05		Di 05	Trampolin	Fr 05		Fr 05		Mo 05		Mi 05		Sa 05	
Di 06	Circuit	Fr 06		So 06		Mi 06		Sa 06		Sa 06		Di 06	Circuit	Do 06		So 06	
Mi 07		Sa 07		Mo 07		Do 07		So 07		So 07		Mi 07		Fr 07		Mo 07	
Do 08		So 08		Di 08	Trampolin	Fr 08		Mo 08		Mo 08		Do 08		Sa 08		Di 08	Trampolin
Fr 09		Mo 09		Mi 09		Sa 09		Di 09	Circuit	Di 09	Circuit	Fr 09		So 09		Mi 09	
Sa 10		Di 10	Circuit	Do 10		So 10		Mi 10		Mi 10		Sa 10		Mo 10		Do 10	
So 11		Mi 11		Fr 11		Mo 11		Do 11		Do 11		So 11		Di 11	Trampolin	Fr 11	
Mo 12		Do 12		Sa 12		Di 12	Circuit	Fr 12		Fr 12		Mo 12		Mi 12		Sa 12	
Di 13	Trampolin	Fr 13		So 13		Mi 13		Sa 13		Sa 13		Di 13	Trampolin	Do 13		So 13	
Mi 14		Sa 14		Mo 14		Do 14		So 14		So 14		Mi 14		Fr 14		Mo 14	
Do 15		So 15		Di 15	Circuit	Fr 15		Mo 15		Mo 15		Do 15		Sa 15		Di 15	Circuit
Fr 16		Mo 16		Mi 16		Sa 16		Di 16	Trampolin	Di 16	Trampolin	Fr 16		So 16		Mi 16	
Sa 17		Di 17	Trampolin	Do 17		So 17		Mi 17		Mi 17		Sa 17		Mo 17		Do 17	
So 18		Mi 18		Fr 18		Mo 18		Do 18		Do 18		So 18		Di 18	Circuit	Fr 18	
Mo 19		Do 19		Sa 19		Di 19	Trampolin	Fr 19		Fr 19		Mo 19		Mi 19		Sa 19	
Di 20	Circuit	Fr 20		So 20		Mi 20		Sa 20		Sa 20		Di 20	Circuit	Do 20		So 20	
Mi 21		Sa 21		Mo 21		Do 21		So 21		So 21		Mi 21		Fr 21		Mo 21	
Do 22		So 22		Di 22	Trampolin	Fr 22		Mo 22		Mo 22		Do 22		Sa 22		Di 22	Trampolin
Fr 23		Mo 23		Mi 23		Sa 23		Di 23	Circuit	Di 23	Circuit	Fr 23		So 23		Mi 23	
Sa 24		Di 24	Circuit	Do 24		So 24		Mi 24		Mi 24		Sa 24		Mo 24		Do 24	
So 25		Mi 25		Fr 25		Mo 25		Do 25		Do 25		So 25		Di 25	Trampolin	Fr 25	
Mo 26		Do 26		Sa 26		Di 26	Circuit	Fr 26		Fr 26		Mo 26		Mi 26		Sa 26	
Di 27	Trampolin	Fr 27		So 27		Mi 27		Sa 27		Sa 27		Di 27	Trampolin	Do 27		So 27	
Mi 28		Sa 28		Mo 28		Do 28		So 28		So 28		Mi 28		Fr 28		Mo 28	
Do 29		So 29		Di 29	Circuit	Fr 29				Mo 29		Do 29		Sa 29		Di 29	Circuit
Fr 30		Mo 30		Mi 30		Sa 30				Di 30	Trampolin	Fr 30		So 30		Mi 30	
Sa 31				Do 31		So 31				Mi 31				Mo 31			

Schulferien

in den Herbstferien finden die Trainings wie geplant statt.

für die weiteren Schulferien erfolgt zu gegebener Zeit eine Mitteilung