



SOMMER TRAININGSPLAN 2024



TAG	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
12:00							
12:30							
13:00		60+ REGATTA START 13:00				SURF ↗ AUFSTEIGER 12:00 – 14:00	SUP TOUR 13:00 – 14:00 nach Absprache
13:30							
14:00							
14:30						SURF → FORTGE- SCHRITTENE 14:00 – 16:00	
15:00							
15:30							
16:00							
16:30	SURF KIDS/YTH 16:00 – 18:00		FOIL – 16:00–18:00			SURF & SUP KIDS/YTH 16:00 – 18:00	
17:00		SURF ↗ AUFSTEIGER 16:30 – 18:30	SURF ↗ AUFST. 16:30 – 18:30		SURF → FORTGE- SCHRITTENE 17:00 – 19:00		
17:30							
18:00	SUP* STARTER 18:00 – 19:00		SUP* STARTER 18:00 – 19:00		CLUB REGATTA START 18:00		
18:30							
19:00	SUP CARDIO 19:00 – 20:00		SUP CARDIO 19:00 – 20:00				
19:30							
20:00					HALLEN TRAINING 20:00 – 21:00		
20:30						TANZEN @CLUBRAUM 20:00 – ...	
21:00							

SUP KIDS/YTH
SUP CARDIO
SUP STARTER
SURF KIDS/YTH
SURF AUFSTEIGER
SURF FORT
FOIL FOIL
HALLEN TRAINING
TANZEN