






























## Trainingsplan Schule Wien 19., Döbling

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09:00-10:15	Erwachsene (ab 16 J.) Anfänger 	Erwachsene (ab 16 J.) Alle 	Senioren (ab 60 J.) Alle 	Erwachsene (ab 16 J.) Alle 	Erwachsene (ab 16 J.) Anfänger 
10:30-11:45	Senioren (ab 60 J.) Alle 	Erwachsene (ab 16 J.) Anfänger 	Erwachsene (ab 16 J.) Alle 	Erwachsene (ab 16 J.) Anfänger 	Senioren (ab 60 J.) Alle 

16:00-16:45	Kids (nur VS/ 1.-4. Kl.) Alle 	Kids (nur VS/ 1.-4. Kl.) Alle 	Kids (nur VS/ 1.-4. Kl.) Alle 	Kids (nur VS/ 1.-4. Kl.) Alle 	Kids (nur VS/ 1.-4. Kl.) Alle 
17:00-18:00	Teens (bis 15 J.) Alle 	Teens (bis 15 J.) Alle 	Teens (bis 15 J.) Alle 	Teens (bis 15 J.) Alle 	Teens (bis 15 J.) Alle 
18:15-19:30	Erwachsene (ab 16 J.) Anfänger 	Erwachsene (ab 16 J.) Alle 	Senioren (ab 60 J.) Alle 	Erwachsene (ab 16 J.) Alle 	Erwachsene (ab 16 J.) Alle 
19:45-21:00	Erwachsene (ab 16 J.) Alle 	Spez./ Ansage (ab 16 J.) Alle 	Erwachsene (ab 16 J.) Anfänger 	Erwachsene (ab 16 J.) Fortgeschert. 	Demoteam (ab 16 J.) Alle 