TRAININGSPLAN SKIABTEILUNG von Januar bis März 2018

2018	Wochentag	Datum	Bianca	Klaus/Jochen	Sabine	Marion	Themenabend
JANUAR							
	Montag	08.01.				X	
	Mittwoch	10.01.			X		HIIT
	Montag	15.01.		X			
	Mittwoch	17.01.	X				
	Montag	22.01.		X			
	Mittwoch	24.01.			X		
	Montag	29.01.		X			
	Mittwoch	31.01.	X				Piloxing
	Wochentag	**Datum**	**Bianca**	**Klaus/Jochen**	**Sabine**	**Marion**	**Themenabend**
FEBUAR							
	Montag	05.02.		X (J?)			
	Mittwoch	07.02.			X		Rückenfit
	Montag	**12.02.**		X			Faschingstraining
	Mittwoch	14.02.	X				Stabilisationstr.
	Montag	19.02.				X	Intervall-Cardio
	Mittwoch	21.02.			X		
	Montag	26.02.		X			
	Mittwoch	28.02.	X				
	Wochentag	**Datum**	**Bianca**	**Klaus/Jochen**	**Sabine**	**Marion**	**Themenabend**
MÄRZ							
	Montag	05.03.				X	
	Mittwoch	07.03.			X		Bauch-Beine-Po
	Montag	**12.03.**	**Kein Training - Jahreshauptversammlung um 20.00 Uhr in der Halle**				
	Mittwoch	14.03.	X				Jumping Fitness
	Montag	19.03.		X (J?)			
	Mittwoch	21.03.			X		
	Montag	26.03.				X	Bauch-Rücken-Zirkel
	Mittwoch	28.03.	X				