

Training der SG Adelsberg

Kalenderwoche :	Woche:15						
Datum:	09.04.2018 - 15.04.2018						
Wochentag :	<i>Montag</i>	<i>Dienstag</i>	<i>Mittwoch</i>	<i>Donnerstag</i>	<i>Freitag</i>	<i>Samstag</i>	<i>Sonntag</i>
Trainingsmöglichkeit 1							
Verantwortlichkeit	freies Schwimmen	Patrick Wendritsch	freies Schwimmen	Maik Werner	Maik Werner	freies Schwimmen	Patrick Wendritsch
Sportform	freies Schwimmen	Bahntraining 6x1000 200 Tp	freies Schwimmen	2x 2000 2 x 1000	4 x 400 6:30 ab	freies Schwimmen	Küchwaldlauf
Zeit	18:00 -19:00	18:00-20:00	18:00 -19:00	17:30-19:00	13:00-14:00	10:00-12:00	10:00-13:00
Ort	Schwimmhalle Sportforum	Chemnitz Sportforum	Schwimmhalle Sportforum	Chemnitz Sportforum	Schwimmhalle Sportforum	Schwimmhalle Sportforum	Küchwald Chemnitz
Trainingsmöglichkeit 2							
Verantwortlichkeit		Jochen Gründer					Stefan Seidel
Sportform		Dauerlauf , Kraft , Pilates					Lößnitzer Runde
Zeit		19:00-21:00					10:00-13:00
Ort		Sporthalle Walter Janka Straße					Küchwald Chemnitz
Trainingsmöglichkeit 3							
Verantwortlichkeit		freies Schwimmen					Maik Werner
Sportform		freies Schwimmen					Duathlonkoppeltraining
Zeit		17:30 -19:00					14:00 bis 18:00
Ort		Schwimmhalle Sportforum					Radrennbahn Chemnitz