

Training der SG Adelsberg

Kalenderwoche :	Woche:16						
Datum:	16.04.2018 - 22.04.2018						
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	12 km DL 3 Stadtpark	5 x 400 6:30 ab , 2 x 50 Max	freies Schwimmen	Rennradrunde
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	Patrick Wendritsch Wohnung
Trainingsmöglichkeit 2							
Verantwortlichkeit		Jochen Gründer					
Sportform		Dauerlauf , Kraft , Pilates					
Zeit		19:00-21:00					
Ort		Sporthalle Walter Janka Straße					
Trainingsmöglichkeit 3							
Verantwortlichkeit		freies Schwimmen					
Sportform		freies Schwimmen					
Zeit		17:30 -19:00					
Ort		Schwimmhalle Sportforum					