

ESF - Trainingseis Hauptsaison 24/25

21.10.24 - 09.03.25

Montag	12.30 - 13.30	Halle	alle Läufer*innen (entfällt am 17.02.25)
	16.45 - 17.15	Aussen	alle Läufer*innen
	19.30 - 20.00	Aussen	alle Läufer*innen

Dienstag	12.30 - 13.30	Halle	alle Läufer*innen
	16.45 - 18.30	Halle	Fördergruppe, Vorkader, Kader A/B
	18.45 - 19.45	Halle	ab Bronze
	20.00 - 21.15	Halle	alle Läufer*innen !!! Jede 2. Woche ab 29.10.24 (gerade Kalenderwochen)!!!

Mittwoch	11.30 - 13.30	Halle	alle Läufer*innen
-----------------	---------------	-------	-------------------

Donnerstag	12.00 - 13.30	Halle	alle Läufer*innen
	18.30 - 19.45	Halle	alle Läufer*innen

Freitag	12.00 - 13.30	Halle	alle Läufer*innen
	16.45 - 18.00	Halle	Fördergruppe, Vorkader, Kader A/B
	18.15 - 18.45	Halle	Kader A/B
	18.45 - 19.45	Halle	ab Bronze

Samstag	9.00 - 11.15	Halle	alle Läufer*innen (entfällt am 08.03.25)
	11.30 - 13.15	Halle	Kader A/B (entfällt am 08.03.25)
	18.15 - 19.00	Aussen	alle Läufer*innen
	19.15 - 20.15	Aussen	alle Läufer*innen, die nicht im Kader (Fördergruppe, Vorkader, Kader A/B) sind

Sonntag	17.30 - 19.30	Aussen	alle Läufer*innen
	19.45 - 21.30	Aussen/Halle	alle Läufer*innen

Vers. 24.10.2024

Änderungen vorbehalten!