

Trainingszeiten Samstagstraining FLNS  
in der Coque

09.11.2017

		Group A					Group B			Group C								
		Top-Kader / A-Kader / B-Kader ohne Jeunesse					cadre fédéral			B-Kader Jeunesse / Förderkader								
		Kraft/Land		Schwimmen						Athletik (TT1)			Schwimmen					
Datum	Treffpunkt	von	bis	von	bis	Treffpunkt	von	bis	Treffpunkt	von	bis	von	bis	Trainer Group A	Trainer Group B	Trainer Group C	Bemerkung	
Sa	11.11.	09:00	09:15	10:30	10:30	12:30	08:15	08:30	10:30	13:00	13:15	14:45	14:45	16:45	Rolko, Audot	Audot, G.Waltzing	Rolko, Bastas	AG FLNS (Hansmann) Belgium Open (Bender)
Sa	18.11.	Challenge International de la Ville de Dudelange 2017																Bender, Rolko
Sa	25.11.	09:00	09:15	10:30	10:30	12:30	08:15	08:30	10:30	13:00	13:15	14:45	14:45	16:45	Bender	Audot, Menzin	Rolko, Bastas	26.11. Trophée (Hansman, Rolko, Audot)
Sa	02.12.	Championnats Nationaux d'Hiver 2017 Aquasud Differdange																Hansmann, Bender, Rolko, Audot
Sa	09.12.	09:00	09:15	10:30	10:30	12:30	08:15	08:30	10:30	13:00	13:15	14:45	14:45	16:45	Rolko, Audot	Audot, G.Waltzing	Rolko	Militär WM (Bender)
Sa	16.12.	09:00	09:15	10:30	10:30	12:30	08:15	08:30	10:30	13:00	13:15	14:45	14:45	16:45	Rolko, Audot	Menzin	Hansmann, Bastas	Militär WM (Bender) EM 25m (TBC)
Sa	23.12.	kein Training																
Sa	30.12.	09:00	09:15	10:30	10:30	12:30	kein Training			08:15			08:30	10:30	Bender, Audot		Rolko	ohne Förderkader
Sa	06.01.	09:00	09:15	10:30	10:30	12:30	08:15	08:30	10:30	13:00	13:15	14:45	14:45	16:45	Bender	Audot, G.Waltzing	Rolko, Bastas	
Sa	13.01.	09:00	09:15	10:30	10:30 16:00	12:30 18:00	kein Training			12:45	13:00	14:00	14:00	16:00	Bender, Audot		Rolko, Bastas	Euro Meet Vorbereitung
Sa	20.01.	09:00	09:15	10:30	10:30	12:30	08:15	08:30	10:30	13:00	13:15	14:45	14:45	16:45	Rolko, Audot	Audot, Menzin	Rolko, Bastas	Flanders Cup (Bender)
Sa	27.01.	Euro Meet																Hansmann, Bender, Rolko, Audot