

Trainingszeiten Samstagstraining FLNS in der Coque

26.10.2016

		Nationalkader Equipe I.					Nationalkader Federal + Förderkader					Trainer Equipe I.	Trainer Equipe II.	Verbandstrainer Wettkampf Lehrgang
		Treffpunkt	Kraft/Land		Schwimmen		Treffpunkt	Kraft / Land		Schwimmen				
Datum		Treffpunkt	Trainings- beginn	Trainings- ende	Trainings- beginn	Trainings- ende	Treffpunkt	Trainings- beginn	Trainings- ende	Trainings- beginn	Trainings- ende			
Sa	12.11.	09:00	09:15	10:30	10:30	12:30	13:00	13:15 Salle de Boxe	14:45 Salle de Boxe	14:45	16:45	Bender	Rolko, Zepp, Bastas	
Sa	19.11.	10:00			10:30	12:30	13:00	13:15	14:45	14:45	16:45	<i>Audot (TBC)</i>	Zepp, Bastas	Bender, Rolko (Erlangen)
Sa	26.11.	kein Training, Wettkampf in Dudelange												
Sa	03.12.	09:00	09:15	10:30	10:30	12:30	13:00	13:15	14:45	14:45	16:45	Bender, Audot	Rolko, Zepp, Bastas	
Sa	10.12.	09:00	09:15	10:30	10:30	12:30	13:00	13:15	14:45	14:45	16:45	Audot, Rolko	Rolko, Zepp, Bastas	Bender (WM Windsor)
Sa	17.12.	kein Training, Wintermeisterschaften in Differdingen												
Sa	31.12.	09:30			10:00	12:00						Rolko, Audot		
Sa	07.01.	09:00	09:15	10:30	10:30	12:30	13:00	13:15	14:45	14:45	16:45	Bender, Audot	Rolko, Zepp, Bastas	
Sa	14.01.	09:00	09:15	10:30	10:30	12:30	13:00	13:15	14:45	14:45	16:45	Bender, Audot	Rolko, Zepp, Bastas	
Sa	21.01.	09:00	09:15	10:30	10:30	12:30	13:00	13:15	14:45	14:45	16:45	Bender, Audot	Rolko, Zepp, Bastas	
Sa	28.01.	kein Training, LUXEMBOURG EURO MEET												
Sa	04.02.	09:00	09:15	10:30	10:30	12:30	13:00	13:15	14:45	14:45	16:45	Rolko, Audot	Rolko, Zepp, Bastas	
Sa	11.02.	09:00	09:15	10:30	10:30	12:30	13:00	13:15	14:45	14:45	16:45	Bender, Audot	Rolko, Zepp, Bastas	