



Trainingsplan bis zum Winter

Dienstags

16:00 Uhr bis 17:00 Uhr - Gruppe 3 (Christiane + Marina oder Emma)

Treffpunkt: **Eisplatz / Schule**

17:00 Uhr bis 18:30 Uhr - Gruppe 1 + 2 (Nadine + Claudia)

Treffpunkt: **Eisplatz (voraussichtlich Flutlicht/ Schule)**

Bitte unbedingt wetterangepasste Kleidung (Zwiebelprinzip!), mit dünnen Handschuhen, Buff (auch als Mundschutz!) und Mütze oder Stirnband!

Gruppe 1 + 2: wer hat – evtl. Stirnlampe!

Donnerstags

17:30 – 19:00 Uhr - Gruppe 1 + 2 Nadine + Linda (ungerade Wochen)

Claudia + Charly (gerade Wochen)

Treffpunkt: **Spaßpark - Stöcke mitbringen!**