

Tauchteam Taunus Eschborn e.V.

Trainingsplan 1. Halbjahr 2018

19:00 Uhr – 20:15 Uhr

05.01.	Kölner Disziplin	06.04.	Kölner Disziplin
	Ül.: Jan		Ül.: Arno
12.01.	Zeit - u. Streckentauchen	13.04.	Ausdauertraining
	Ül.: Arno		Ül.: Martin
19.01.	Uw-Gymnastik	20.04.	Tauchspiele
	Ül.: Klaus		Ül.: Claudia
26.01.	Konditionstraining	27.04.	Uw-Gymnastik
	Ül.: Jan		Ül.: Klaus
02.02.	Training nach Wahl	04.05.	Training nach Wahl
	Ül.: Martin		Ül.: Arno
09.02.	Nur DTG-Training	11.05.	Zeit - u. Streckentauchen
	Ül.: Jan		Ül.: Klaus
16.02.	Ausdauertraining	18.05.	Nur DTG-Training
	Ül.: Arno		Ül.: Arno
23.02.	Tauchspiele	25.05.	Kölner Disziplin
	Ül.: Claudia		Ül.: Martin
02.03.	Training nach Wahl	01.06.	Tauchspiele
	Ül.: Jan		Ül.: Claudia
09.03.	Zeit - u. Streckentauchen	08.06.	Ausdauertraining
	Ül.: Martin		Ül.: Klaus
16.03.	Kölner Disziplin	15.06.	Konditionstraining
	Ül.: Jan		Ül.: Martin
23.03.	Training nach Wahl	22.06.	Tauchspiele
	Ül.: Arno		Ül.: Arno
30.03.	Karfreitag	29.06.	Uw-Gymnastik
	Kein Training		Ül.: Klaus

Zwischen 18:50 Uhr und 19:00 Uhr steht ein Trainer am Eingang, bitte pünktlich kommen