



Trainingstermine Winter 2019/2020 (27.10.2019 bis 04.04.2020)

WOCHENTAG	UHRZEIT	TRAINING	ORT
Montag	13:15 – 15:00	Schulrudern (Barbara Keßel, Helene Dillmann, Georg Kendl)	See/Ergoraum
	17:00 – 19:00	Training U15 (Matthias Böhner)	Turnhalle Gymnasium Starnberg
	17:30 - 19:30	Krafttraining U19, U23 (Thomas Thallmair)	Kraftraum
	19:00 - 21:00	Training U17, U19 (Lea Siebler, Eric Welzel)	Turnhalle Gymnasium Starnberg
	19:00 - 21:00	Training Studenten (Constantin Gadilhe, Eric Welzel)	Ergo- und Kraftraum
	19:30 - 20:30	Schwimmtreff (Danja Struppler, Claudia Haßmann)	Pöcking oder Starnberg
Dienstag	14:00 - 15:30	Allgemeines Ergotraining und Gymnastik (Käthe Vogt)	Ergoraum
	15:30 – 16:30	Damengymnastik (Katharina Hange) ab 5.11.19	Ergoraum
	18:30 - 20:00	Training U17, U19 (Lea Siebler, Eric Welzel)	Ergo- und Kraftraum
	20:00 - 21:30	Segler-Ergotraining (Michael Ziller)	Ergoraum
	20:00 - 22:00	Training U19, U23, U27, Masters (Thomas Thallmair)	Turnhalle Gymnasium Starnberg
Mittwoch	09:25 – 11:00	WoYo (Ute Hamann-Auer)	Ergoraum
	13:15 – 15:00	Schulrudern (Barbara Keßel, Helene Dillmann, Georg Kendl)	See/Ergoraum
	17:30 - 19:15	Training U19, U23, U27 Kraftraum (Thomas Thallmair)	Ergoraum
	19:15 - 20:00	Allgemeines Ergotraining (Thomas Thallmair)	Ergoraum
	20:15 - 21:00	Allgemeine Gymnastik (Thomas Thallmair)	Ergoraum
Donnerstag	09:30 - 11:00	Allgemeines Ergotraining und Gymnastik (Ursula Bayerlein)	Ergoraum
	11:15 - 12:45	Schulrudern Oberstufe (Barbara Keßel, Marius Schwender, Georg Kendl) ab 20.2.20	See/Ergoraum
	13:15 – 15:00	Schulrudern (Marius Schwender, Barbara Keßel, Georg Kendl)	See/Ergoraum
	18:30 - 20:00	Training U17, U19 (Lea Siebler, Eric Welzel)	Ergo- und Kraftraum
	19:00 - 20:00	Allgemeine Gymnastik (Dieter Kluth)	Erasmus Grasser Gymnasium München
	19:15 - 20:30	WoYo (Rosi Chapman)	Casino
Freitag	13:15 – 15:00	Schulrudern (Marius Schwender, Helene Dillmann, Georg Kendl)	See/Ergoraum
	16:00 - 17:30	Training U15 (Matthias Böhner)	Turnhalle Gymnasium Starnberg
	17:00 - 18:30	Allgemeines Ergotraining und Gymnastik (Wolfgang Perchermeier, Rolf Louis)	Ergoraum
	19:00 - 21:00	Training U17, U19, U23, U27, Masters (Thomas Thallmair)	Turnhalle Gymnasium Starnberg
Samstag	nach Absprache	Rennttraining U17, U19 (Lea Siebler, Eric Welzel), Rennttraining U19, U23, U27 (Thomas Thallmair)	See/Ergoraum
	09:30 - 11:30	Rennttraining U15 (Matthias Böhner)	See/Ergoraum
	16:30 - 17:30	Allgemeines Training Kraft und Mobilität (Anne Wachsmann, Claudia Haßmann)	Ergoraum
Sonntag	10:00	Allgemeines Rudern (Rolf Louis)	See
	nach Absprache	Rennttraining U17, U19 (Lea Siebler, Eric Welzel), Rennttraining U19, U23, U27 (Thomas Thallmair)	See/Ergoraum
ohne festen Tag	nach Absprache	Andechswanderungen (Jürgen Decker)	Andechs