



Trainingstermine Winter 2018/2019 (ab 22.10.2018)

WOCHENTAG	UHRZEIT	TRAINING	
Montag	13:00 – 15:00	Schulrudern (Barbara Keßel, Frank Elsinga, Florian Dehlfing)	
	17:30 – 19:00	Training U15, Turnhalle Gymnasium Starnberg (Lukas Westhaus, Matthias Böhner, Conny Steinbeck)	
	17:30 - 19:00	Krafttraining U27, U23 (Thomas Thallmair)	
	19:00 - 21:00	Training U19, U17, Turnhalle Gymnasium Starnberg (Lea Siebler, Dominik Haimerl)	
	19:00 - 21:00	Training Studenten, Ergoraum (Constantin Gadilhe, Eric Welzel)	
	19:00 - 21:00	Segler-Ergotraining, Ergoraum (Michael Ziller)	
	Dienstag	15:30 – 17:00	Damengymnastik (Katharina Hange)
17:30 - 19:30		Training U19, U17, Ergo- und Krafraum (Lea Siebler, Dominik Haimerl)	
20:00 - 22:00		Training Masters, U27, U23, Turnhalle Gymnasium Starnberg (Thomas Thallmair)	
Mittwoch	10:45 – 12:15	WoYo, Ergoraum (Ute Hamann-Auer)	
	13:00 – 15:00	Schulrudern (Barbara Keßel, Frank Elsinga, Florian Dehlfing)	
	17:30 - 19:15	Training U19, U17, Ergoraum (Lea Siebler, Dominik Haimerl)	
	17:30 - 19:15	Training U27, U23, Krafraum (Thomas Thallmair)	
	19:15 - 20:00	allgemeines Ergotraining (Thomas Thallmair)	
	20:15 - 21:00	allgemeine Gymnastik (Thomas Thallmair)	
	Donnerstag	11:00 - 12:30	allgemeines Ergotraining/Gymnastik (Ursula Bayerlein)
13:15 – 15:00		Schulrudern (Barbara Keßel, Frank Elsinga, Florian Dehlfing)	
17:15 - 19:15		Training U19, U17, U15, Ergo- und Krafraum (Lukas Westhaus, Conny Steinbeck, Lea Siebler, Dominik Haimerl)	
17:15 - 19:15		Training U27, U23 Lauftraining (Thomas Thallmair)	
ab 08.11.2018		19:00 - 21:00	allgemeine Gymnastik, Erasmus Grasser Gymnasium München (Billy Engelhorn)
		19:15 - 20:30	WoYo (Rosi, Ergoraum (Chapman)
Freitag	13:15 – 15:00	Schulrudern (Katharina Phillip, Frank Elsinga, Florian Dehlfing)	
	16:30 - 17:45	Training U15, Turnhalle Gymnasium Starnberg (Lukas Westhaus, Matthias Böhner, Conny Steinbeck)	
	ab 09.11.2018	18:00 - 20:00	allgemeines Ergotraining/Gymnastik
	19:00 - 21:00	Training Masters, U27, U23, U19, U17 Turnhalle Gymnasium Starnberg (Thomas Thallmair, Lea Siebler, Dominik Haimerl)	
Samstag	nach Absprache	Rennttraining U15 (Matthias Böhner), Rennttraining U19, U17 (Lea Siebler), Rennttraining Senioren, U27, U23 (Thomas Thallmair)	
Sonntag	10:00	allgemeines Rudern (Rolf Louis)	
	nach Absprache	Rennttraining U15 (Matthias Böhner), Rennttraining U19, U17 (Lea Siebler), Rennttraining Senioren, U27, U23 (Thomas Thallmair)	