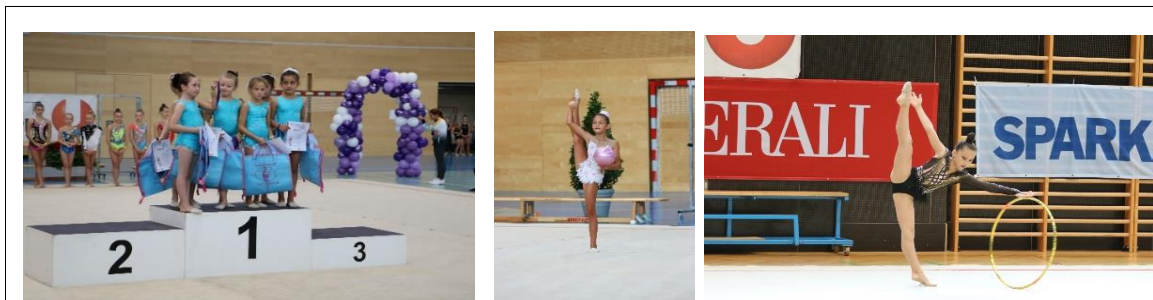


Trainingsplan Rhythmische Gymnastik 12.9.2022 - 9.9.2023



<u>Tag</u>	<u>Uhrzeit</u>	<u>Halle</u>	<u>Trainingsinhalt</u>	<u>Trainer</u>	<u>Sportbonus</u>
------------	----------------	--------------	------------------------	----------------	-------------------

Rhythmische Gymnastik - Mädchen - Hobbygruppe

Mittwoch	14:30 - 15:30	SZM GymH.	Koordination, Beweglichkeit	Paulina	nein
Freitag	14:30 - 15:30				

Rhythmische Gymnastik - Anfängerinnen - Mädchen 4 - 5 J

Mittwoch	14:30 - 15:30	SZM GymH.	wettkampf- orientiert	Paulina	nein
Freitag	14:30 - 15:30				



<u>Tag</u>	<u>Uhrzeit</u>	<u>Halle</u>	<u>Trainingsinhalt</u>	<u>Trainer</u>	<u>Sportbonus</u>
------------	----------------	--------------	------------------------	----------------	-------------------

Rhythmische Gymnastik - Nachwuchs - Mädchen 6 - 8 J

Mittwoch	14:30 - 16:30	SZM GymH.	wettkampf- orientiert	Paulina	nein
Freitag	14:30 - 16:30				

Rhythmische Gymnastik - Leistungsklasse - Nachwuchs Mä 8 - 12 J

Dienstag	15:00 - 18:00	SZM GymH.	Grp -Wettkampf und Choreographie training	Paulina	nein
Mittwoch	14:30 - 17:30				
Freitag	14:30 - 17:30	SH-Alpenstr.			

Rhythmische Gymnastik - Leistungs-Klasse Jugend Mä 13 - 14 J

Montag	17:30 - 20:00	SH-Alpenstr.	Gruppen - Wettkampf und Choreographie training	Paulina	nein
Dienstag	15:00 - 18:00	SZM GymH.			
Donnerstag	17:30 - 20:00	SH-Alpenstr.			
Freitag	14:30 - 17:30				

Rhythmische Gymnastik - Leistungs-Klasse Junioren, Elite Mä ab 14 J

Montag	17:30 - 20:00	SH-Alpenstr.	Gruppen - Wettkampf und Choreographie training	Paulina	nein
Dienstag	15:00 - 18:00	SZM GymH.			
Donnerstag	17:30 - 20:00	SH-Alpenstr.			
Freitag	14:30 - 17:30				
Samstag	09:00 - 12:00	SZM Halle A			

Die Festlegung des Ferien - Sommertrainings 2023 erfolgt zum Jahreswechsel.