

Trainingsplan 06.02.2012 - 12.02.2012

Montag	13.30 - 14.45 Uhr	LSC-Eiskunstlauf	75
06.02.2012	14.45 - 15.50 Uhr	RT-Laufschule / Kleinstschüler	65
	15.50 - 16.50 Uhr	RT-Kleinschüler	60
	16.50 - 17.05 Uhr	Eisaufbereitung	15
	17.05 - 18.15 Uhr	LSC-Eiskunstlauf	70
	18.15 - 19.15 Uhr	RT-Knaben/Schüler	60
	19.15 - 19.30 Uhr	Eisaufbereitung	15
	19.30 - 20.30 Uhr	RT-Junioren	60
	20.30 - 21.30 Uhr	RT-Power Skating	60
	21.30 - 21.45 Uhr	Eisaufbereitung	15
	21.45 - 22.45 Uhr	TSV Rödgen	60

Dienstag	09.00 - 11.45 Uhr	Öffentlicher Eislauf	165
07.02.2012	11.45 - 12.00 Uhr	Eisaufbereitung	15
	12.00 - 13.00 Uhr	Kapersburgschule	60
	13.00 - 13.15 Uhr	Eisaufbereitung	15
	13.15 - 14.15 Uhr	LSC-Eiskunstlauf	60
	14.15 - 14.30 Uhr	Eisaufbereitung	15
	14.30 - 16.30 Uhr	Öffentlicher Eislauf	120
	16.30 - 16.45 Uhr	Eisaufbereitung	15
	16.45 - 17.45 Uhr	LSC-Eiskunstlauf - Clubtraining	60
	17.45 - 18.00 Uhr	Eisaufbereitung	15
	18.00 - 19.00 Uhr	EC RT BN GmbH	60
	19.00 - 19.15 Uhr	Eisaufbereitung	15
	19.15 - 20.15 Uhr	RT-Schüler	60
	20.15 - 20.30 Uhr	Eisaufbereitung	15
	20.30 - 21.30 Uhr	RT-Junioren	60
	21.30 - 21.45 Uhr	Eisaufbereitung	15
	21.45 - 22.45 Uhr	RT-Hessenliga	60

Mittwoch	09.00 - 11.45 Uhr	Öffentlicher Eislauf	165
08.02.2012	11.45 - 12.00 Uhr	Eisaufbereitung	15
	12.00 - 13.15 Uhr	EC RT BN GmbH	75
	13.15 - 13.30 Uhr	Eisaufbereitung	15
	13.30 - 14.35 Uhr	LSC-Eiskunstlauf	65
	14.35 - 15.30 Uhr	RT-Laufschule/Kleinstschüler/Schulpro.	55
	15.30 - 16.25 Uhr	RT-Kleinschüler	55
	16.25 - 16.40 Uhr	Eisaufbereitung	15
	16.40 - 17.50 Uhr	LSC - Eiskunstlauf	70
	17.50 - 18.05 Uhr	Eisaufbereitung	15
	18.05 - 19.05 Uhr	EC RT BN GmbH	60
	19.05 - 19.20 Uhr	Eisaufbereitung	15
	19.20 - 20.15 Uhr	RT-Jugend	55
	20.15 - 20.30 Uhr	Eisaufbereitung	15
	20.30 - 22.30 Uhr	Öffentlicher Eislauf	120

Donnerstag	09.00 - 11.45 Uhr	Öffentlicher Eislauf	165
09.02.2012	11.45 - 12.00 Uhr	Eisaufbereitung	15
	12.00 - 13.00 Uhr	EC RT BN GmbH	60
	13.00 - 13.15 Uhr	Eisaufbereitung	15
	13.15 - 14.15 Uhr	LSC-Eiskunstlauf	70

Donnerstag	14.15 - 14.30 Uhr	Eisaufbereitung	15
09.02.2012	14.30 - 16.30 Uhr	Öffentlicher Eislauf	120
	16.30 - 16.45 Uhr	Eisaufbereitung	15
	16.45 - 17.45 Uhr	RT-Knaben	60
	17.45 - 18.00 Uhr	Eisaufbereitung	15
	18.00 - 19.00 Uhr	EC RT BN GmbH	60
	19.00 - 19.15 Uhr	Eisaufbereitung	15
	19.15 - 20.15 Uhr	RT-Schüler	60
	20.15 - 20.30 Uhr	Eisaufbereitung	15
	20.30 - 21.30 Uhr	RT-Junioren	60
	21.30 - 21.45 Uhr	Eisaufbereitung	15
	21.45 - 22.45 Uhr	Ice Devils	60

Freitag	09.00 - 11.45 Uhr	Öffentlicher Eislauf	165
	11.45 - 12.00 Uhr	Eisaufbereitung	15
	12.00 - 13.00 Uhr	EC RT BN GmbH	60
	13.00 - 13.15 Uhr	Eisaufbereitung	15
	13.15 - 14.15 Uhr	LSC-Eiskunstlauf	60
	14.15 - 14.30 Uhr	Eisaufbereitung	15
	14.30 - 16.30 Uhr	Öffentlicher Eislauf	120
	16.30 - 16.45 Uhr	Eisaufbereitung	15
	16.45 - 17.45 Uhr	LSC-Eiskunstlauf	60
	17.45 - 18.00 Uhr	Eisaufbereitung	15
	18.00 - 19.00 Uhr	RT-Knaben	60
	19.00 - 19.15 Uhr	Eisaufbereitung	15
	19.15 - 20.15 Uhr	RT-Jugend	60
	20.15 - 20.30 Uhr	Eisaufbereitung	15
	20.30 - 22.30 Uhr	Öffentlicher Eislauf	120

Samstag	08.00 - 09.15 Uhr	LSC Eiskunstlauf	60
11.02.2012	09.15 - 09.30 Uhr	Eisaufbereitung	15
	09.30 - 11.30 Uhr	Öffentlicher Eislauf	120
	11.30 - 12.00 Uhr	Eisaufbereitung	30
	12.00 - 14.45 Uhr	RT-Kleinschüler - Spiel	165
	14.45 - 15.00 Uhr	Eisaufbereitung	15
	15.00 - 17.00 Uhr	Öffentlicher Eislauf	120
	17.00 - 17.15 Uhr	Eisaufbereitung	15
	17.15 - 20.15 Uhr	RT-Hessenliga - Spiel	180
	20.15 - 20.30 Uhr	Eisaufbereitung	15
	20.30 - 22.30 Uhr	EC RT BN GmbH	120

Sonntag	08.00 - 09.15 Uhr	EC RT BN GmbH	75
12.02.2012	09.15 - 09.30 Uhr	Eisaufbereitung	15
	09.30 - 11.30 Uhr	Öffentlicher Eislauf	120
	11.30 - 12.00 Uhr	Eisaufbereitung	30
	12.00 - 14.45 Uhr	RT-Knaben - Spiel	165
	14.45 - 15.00 Uhr	Eisaufbereitung	15
	15.00 - 17.00 Uhr	Öffentlicher Eislauf	120
	17.00 - 18.15 Uhr	Eisaufbereitung	75
	18.15 - 18.45 Uhr	EC RT BN GmbH - Warmlaufen	30
	18.45 - 19.00 Uhr	Eisaufbereitung	15
	19.00 - 22.00 Uhr	EC RT BN GmbH - Spiel	180