

Trainingsplan August - TU 2020 TV Rhäzüns

Datum	Thema	Verantwortlich
14.08.2020	Interner Plausch-Hockeymatch	
18.08.2020	Spielabend	Diego
21.08.2020	Cardio	Giuliano
25.08.2020	Leichtathletik	Stephan
28.08.2020	Fachtest	Flavio
01.09.2020	Barren	Giuliano
04.09.2020	Stephans Super 4 Kampf	Stephan
08.09.2020	Kraft mit Steinen	Flavio
11.09.2020	Volleyball	Diego
15.09.2020	Stafette, TU Vorbereitung	Giuliano
18.09.2020	Turnstand	alle
22.09.2020	Spielabend	Stephan
25.09.2020	TU Vorbereitung	
29.09.2020	TU Vorbereitung	
02.10.2020	TU Vorbereitung	
06.10.2020	TU Vorbereitung	
09.10.2020	TU Vorbereitung	
13.10.2020	TU Vorbereitung	
16.10.2020	TU Vorbereitung	
20.10.2020	TU Vorbereitung	
23.10.2020	TU Vorbereitung	
27.10.2020	TU Vorbereitung	
30.10.2020	TU Vorbereitung	
KW 45	Separater Plan	
06.+07.11.2020	TU	alle
10.11.2020	Kein Training	
13.11.2020	Spielabend	Flavio
17.11.2020	Spielabend	Stephan
20.11.2020	Ballspiel Technik	Diego