



TRAININGSPLAN-DETAILS

Das Ausfüllen dieses Bogens ist nur notwendig, falls Sie einen Trainingsplan wünschen !

Name: _____

Telefon tagsüber für Detail-Fragen zur Trainingsplan-Erstellung: _____

1. geplante Wettkämpfe

Datum	Wettkampf	Distanz	Priorität 1 = hoch, 3 = niedrig	Anmerkungen

Anmerkungen

2. feste Trainingszeiten

Disziplin	Termin	Umfang	Inhalt	Trainer ja/nein	Anmerkungen

Anmerkungen

