

# Trainingseinheit

Nr.	KW	Tag, Datum	Platz	Wetter	Ziele techn.-takt.	Ziele kond.	Umfang %	Intensität %
-----	----	------------	-------	--------	--------------------	-------------	----------	--------------

Pos.	Name	anw.	fehlt	Programm	Dauer
TW	1.			Aufwärmen	
	2.				
Abwehr	3.			Hauptteil	
	4.				
	5.				
	6.				
	7.				
	8.				
Mi-feld	9.			Schlussteil	
	10.				
	11.				
	12.				
	13.				
	14.				
Angriff	15.			Ausklang	
	16.				
	17.				
	18.				
	19.				
	20.				
	21.				
22.					
23.					
Sondertraining für:					
Bemerkungen:					

