Trainingsplan Sommer 2018

Trainer: Thomas Hanke
Tel: 0171 / 625 55 36
Email: thommyhanke@web.de

	Mo.	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Fr.
14:00 Uhr				1. Damen 55	
15:00 Uhr		Bo Helmdach Max Sieprath			
16:00 Uhr		Marie Schiefer	Steven Stock		
17:00 Uhr		Claudia Nowak	Familie Apel	Simon Glaw Eric Röber	
18:00 Uhr		Damen 30	Jan Fred. Hartmann Greta Hense	Caroline Burghaus Victoria Glover Sophie Kiemes	
19:00 Uhr		M. Bayer , M.Neuenfeld Vivien Cudnoch	Anna Meschede	Felix Glover Victor Hense Peter Pruss	
20:00 Uhr			Natalie Helmdach	Lars Fischer	