

Planung der Trainingseinheiten

TRAININGSEINHEIT NR.	ZIELE
Datum:	1
Stützpunkt:	2
Altersklasse:	3

1. AUFWÄRMEN	ZEIT:
Organisation:	Trainingsprogramm:

2. HAUPTTEIL	ZEIT:
Organisation:	Trainingsprogramm:

3. ABSCHLUSS	ZEIT:
Organisation:	Trainingsprogramm:
	Hausaufgaben: