

Sportliche Veranstaltungen im Winter 09/10

<i>Uhr</i>	<i>Montag</i>	<i>Uhr</i>	<i>Dienstag</i>	<i>Uhr</i>	<i>Mittwoch</i>	<i>Uhr</i>	<i>Donnerstag</i>	<i>Uhr</i>	<i>Freitag</i>
9:30 – 10:30	Ergo mit Christl+ Seppi								
		17 – 19:30	Trainingsmannschaft: Krafttraining im Bootshaus mit Thomas	17 – 19	Trainingsmannschaft: Ergo mit Michael	16:30 – 17:30	SAG: Jg 97/99 Ergo und Gymnastik mit Wally oder Michael Jäsche	17 – 19:30	Trainingsmannschaft: Krafttraining im Bootshaus mit Michael
19 – 20		19– 20	Ergo mit Maike	16:30 – 18:30	Krafttraining Olaf	19 – 21	Turnhalle Peter und Paul: Konditionstraining für alle mit Thomas		
20 – 21		19 – 21	Krafttraining für Breitensport mit Wally	19 – 20	Ergo mit Christl + Seppi				
		20 – 21	Ergo mit Jürgen						

Samstag: 14 Uhr Rudern für alle (SAG, Kinder, J B+A, Senioren, Masters, Breitensport)

Sonntag:9:30 Uhr Rudern