420er-Anfänger Trainingsplan / 420er Regattagruppe Trainings- und Regattaplan 2019

Januar			Februar			März			April			Mai			Juni		
1	Di	***Neujahr***	1	Fr		1	Fr		1	Mo		1	Mi	***Tag der Arbeit***	1	Sa	
2	Mi		2	Sa		2	Sa		2	Di		2	Do		2	So	10:00 - 14:00 Wassertraining
3	Do		3	So		3	So	10:30 - 13:30 Theorie/Sport	3	Mi		3	Fr	16:30 - 18:30 Wassertraining	3	Mo	
4	Fr		4	Mo		4	Mo		4	Do		4	Sa		4	Di	
5	Sa		5	Di		5	Di		5	Fr		5	So	10:00 - 14:00 Wassertraining	5	Mi	
6	So	10:30 - 13:30 Theorie/Sport	6	Mi		6	Mi		6	Sa	**Ansegeln (SCO)**	6	Mo		6	Do	
7	Mo		7	Do		7	Do		7	So	10:30 - 13:30 Theorie/Sport	7	Di		7	Fr	16:30 - 18:30 Wassertraining
8	Di		8	Fr		8	Fr		8	Mo		8	Mi		8	Sa	
9	Mi		9	Sa		9	Sa		9	Di		9	Do		9	So	***Pfingsten*** 10:00 - 14:00 Wassertraining
10	Do		10	So		10	So	10:30 - 13:30 Theorie/Sport	10	Mi		10	Fr	16:30 - 18:30 Wassertraining	10	Mo	***Pfingst-montag***
11	Fr		11	Mo		11	Mo		11	Do		11	Sa		11	Di	
12	Sa		12	Di		12	Di		12	Fr		12	So	10:00 - 14:00 Wassertraining	12	Mi	
13	So	10:30 - 13:30 Theorie/Sport	13	Mi		13	Mi		13	Sa	09:00 Arbeitsdienst 420er	13	Mo		13	Do	
14	Mo		14	Do		14	Do		14	So		14	Di		14	Fr	16:30 - 18:30 Wassertraining
15	Di		15	Fr		15	Fr		15	Mo		15	Mi		15	Sa	
16	Mi		16	Sa		16	Sa		16	Di		16	Do		16	So	10:00 - 14:00 Wassertraining
17	Do		17	So	10:30 - 13:30 Theorie/Sport 14:00 - 16:00 Jugendvers.	17	So	10:30 - 13:30 Theorie/Sport	17	Mi		17	Fr	16:30 - 18:30 Wassertraining	17	Mo	
18	Fr		18	Mo		18	Mo		18	Do		18	Sa	Willi-Möllmer-Gedächtnis-Preis (SCO)	18	Di	
19	Sa		19	Di		19	Di		19	Fr	***Karfreitag***	19	So	10:00 - 14:00 Wassertraining	19	Mi	
20	So	10:30 - 13:30 Theorie/Sport	20	Mi		20	Mi		20	Sa		20	Mo		20	Do	
21	Mo		21	Do		21	Do		21	So	***Ostern***	21	Di		21	Fr	
22	Di		22	Fr		22	Fr		22	Mo	***Oster-montag***	22	Mi		22	Sa	Sea Cup North (SCN)
23	Mi		23	Sa		23	Sa		23	Di		23	Do		23	So	
24	Do		24	So	10:30 - 13:30 Theorie/Sport	24	So	10:30 - 13:30 Theorie/Sport	24	Mi		24	Fr	16:30 - 18:30 Wassertraining	24	Mo	
25	Fr		25	Mo		25	Mo		25	Do		25	Sa	Jugendwett-fahrten (BYC)	25	Di	
26	Sa		26	Di		26	Di		26	Fr	16:30 - 18:30 Wassertraining	26	So	10:00 - 14:00 Wassertraining	26	Mi	
27	So	10:30 - 13:30 Theorie/Sport	27	Mi		27	Mi		27	Sa	Wannseepokal (VSaW/PYC)	27	Mo		27	Do	
28	Mo		28	Do		28	Do		28	So	10:00 - 14:00 Wassertraining	28	Di		28	Fr	16:30 - 18:30 Wassertraining
29	Di					29	Fr		29	Mo		29	Mi		29	Sa	
30	Mi					30	Sa		30	Di		30	Do	***Himmelfahrt***	30	So	
31	Do					31	So	10:30 - 13:30 Theorie/Sport				31	Fr	16:30 - 18:30 Wassertraining			

420er Regattagruppe | 420er Anfängergruppe | Ferien

Stand: 29.12.2018

420er-Anfänger Trainingsplan / 420er Regattagruppe Trainings- und Regattaplan 2019

Juli			August			September			Oktober			November			Dezember		
1	Mo		1	Do		1	So	10:00 - 14:00 Wassertraining	1	Di		1	Fr		1	So	10:30 - 13:30 Theorie/Sport
2	Di		2	Fr		2	Mo		2	Mi		2	Sa		2	Mo	
3	Mi		3	Sa		3	Di		3	Do	***Tag der Dt. Einheit***	3	So	10:30 - 13:30 Theorie/Sport	3	Di	
4	Do		4	So		4	Mi		4	Fr		4	Mo		4	Mi	
5	Fr		5	Mo		5	Do		5	Sa	Spandauer Eis-Cup (SpYC)	5	Di		5	Do	
6	Sa		6	Di		6	Fr	16:30 - 18:30 Wassertraining	6	So		6	Mi		6	Fr	
7	So		7	Mi		7	Sa	Vier-Zwo-Cup (JSC)	7	Mo		7	Do		7	Sa	Weihnachtsfeier
8	Mo		8	Do		8	So	10:00 - 14:00 Wassertraining	8	Di		8	Fr		8	So	10:30 - 13:30 Theorie/Sport
9	Di		9	Fr	16:30 - 18:30 Wassertraining	9	Mo		9	Mi		9	Sa		9	Mo	
10	Mi		10	Sa		10	Di		10	Do		10	So	10:30 - 13:30 Theorie/Sport	10	Di	
11	Do		11	So	10:00 - 14:00 Wassertraining	11	Mi		11	Fr		11	Mo		11	Mi	
12	Fr		12	Mo		12	Do		12	Sa		12	Di		12	Do	
13	Sa		13	Di		13	Fr	16:30 - 18:30 Wassertraining	13	So		13	Mi		13	Fr	
14	So		14	Mi		14	Sa		14	Mo		14	Do		14	Sa	
15	Mo		15	Do		15	So	10:00 - 14:00 Wassertraining	15	Di		15	Fr		15	So	10:30 - 13:30 Theorie/Sport
16	Di		16	Fr	16:30 - 18:30 Wassertraining	16	Mo		16	Mi		16	Sa		16	Mo	
17	Mi		17	Sa		17	Di		17	Do		17	So	10:30 - 13:30 Theorie/Sport	17	Di	
18	Do		18	So	10:00 - 14:00 Wassertraining	18	Mi		18	Fr		18	Mo		18	Mi	
19	Fr		19	Mo		19	Do		19	Sa	**Absegeln (DSC)** Joachim-Hunger-Preis (VSaW/PYC)	19	Di		19	Do	
20	Sa		20	Di		20	Fr	16:30 - 18:30 Wassertraining	20	So		20	Mi		20	Fr	
21	So		21	Mi		21	Sa	Seglerhauspreis (VSaW)	21	Mo		21	Do		21	Sa	
22	Mo		22	Do		22	So	10:00 - 14:00 Wassertraining	22	Di		22	Fr		22	So	
23	Di		23	Fr	16:30 - 18:30 Wassertraining	23	Mo		23	Mi		23	Sa		23	Mo	
24	Mi		24	Sa		24	Di		24	Do		24	So	10:30 - 13:30 Theorie/Sport	24	Di	***Heiligabend***
25	Do		25	So	10:00 - 14:00 Wassertraining	25	Mi		25	Fr		25	Mo		25	Mi	***1. Weih-nachtstag***
26	Fr		26	Mo		26	Do		26	Sa		26	Di		26	Do	***2. Weih-nachtstag***
27	Sa		27	Di		27	Fr	16:30 - 18:30 Wassertraining	27	So	10:30 - 13:30 Theorie/Sport	27	Mi		27	Fr	
28	So		28	Mi		28	Sa		28	Mo		28	Do		28	Sa	
29	Mo		29	Do		29	So	10:00 - 14:00 Wassertraining	29	Di		29	Fr		29	So	
30	Di		30	Fr	16:30 - 18:30 Wassertraining	30	Mo		30	Mi		30	Sa		30	Mo	
31	Mi		31	Sa					31	Do					31	Di	***Silvester***

420er Regattagruppe | 420er Anfängergruppe | Ferien

Stand: 29.12.2018