

## Trainingszeiten Rudergesellschaft Wetzlar

Zeitblock	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
08:00-10:00	Freies Training	Freies Training	Freies Training	Freies Training	Freies Training	Freies Training	Freies Training
10:00-12:00	Freies Training	Freies Training	Freies Training	Freies Training	Freies Training	10:00-12:00 Nachwuchsraining Diete/Husnik	Freizeitrudern Hess
12:00-14:00	Freies Training	Freies Training	13:30-15:30 Goethe Schule (LK) Gerlach	13:30-15:30 Siemens Schule (AG) Köhler	Freies Training	Freies Training	Freies Training
14:00-16:00	14:00-15:30 Eichendorff Schule (AG) Schumann	Freiherr v. Stein (AG) Förster	Goethe Schule (LK) Gerlach	14:00-16:00 Bebel Schule Förster Regattasport	14:00-16:00 Freiherr v. Stein (AG) Förster	Freies Training	Freies Training
		Goethe Schule (LK) Hilk					
16:00-18:00	16:30-18:00 Nachwuchsraining Diete/Husnik	Goethe Schule (LK) Hilk	17:00-19:00 Regattasport	17:00-19:00 Nachwuchsraining Diete/Husnik	Regattasport	Freies Training	Freies Training
		Regattasport 16:30-18:00					
18:00-20:00	Freies Training bis 21:00	18:30-19:30 Gymnastik	Freies Training bis 21:00	19:00-21:00 Freizeitrudern / Gymnastik Stehula / Brückel	19:00-21:00 Freizeitrudern Frank	Freies Training bis 21:00	Freies Training bis 21:00

Nachwuchs

Regattasport

Freizeit

Schule

Bitte haltet die Zeiten ein

Training innerhalb der festen Gruppen ist nach vorheriger Absprache mit den jeweiligen Trainern möglich