

# Trainingsplan – 1. Halbjahr 2010

Januar	Februar	März	April	Mai	Juni
Neuj. Fr, 01	Mo, 01	Mo, 01	Do, 01	Maif. Sa, 01	Di, 01
Sa, 02	Di, 02	Di, 02	Karf. Fr, 02	So, 02	Mi, 02
So, 03	Mi, 03	Mi, 03	Sa, 03	Mo, 03	Fronl. Do, 03
Mo, 04	Do, 04	Do, 04	So, 04	Di, 04	Fr, 04
Di, 05	Fr, 05	Fr, 05	Oster. Mo, 05	Mi, 05	Sa, 05
Hl. 3 K Mi, 06	Sa, 06	Sa, 06	Di, 06	Do, 06	So, 06
Do, 07	So, 07	So, 07	Mi, 07	Fr, 07	Mo, 07
Fr, 08	Mo, 08	Mo, 08	Do, 08	Sa, 08	Di, 08
Sa, 09	Di, 09	Di, 09	Fr, 09	So, 09	Mi, 09
So, 10	Mi, 10	Mi, 10	Sa, 10	Mo, 10	Do, 10
Mo, 11	Do, 11	Do, 11	So, 11	Di, 11	Fr, 11
Di, 12	Fr, 12	Fr, 12	Mo, 12	DM Mi, 12	Sa, 12
Mi, 13	Sa, 13	Sa, 13	Di, 13	Chr. Do, 13	So, 13
Do, 14	So, 14	So, 14	Mi, 14	DM Fr, 14	Mo, 14
Fr, 15	Mo, 15	Mo, 15	Do, 15	DM Sa, 15	Di, 15
Sa, 16	Di, 16	Di, 16	Fr, 16	So, 16	Mi, 16
So, 17	Mi, 17	Mi, 17	Sa, 17	Mo, 17	Do, 17
Mo, 18	Do, 18	Do, 18	So, 18	Di, 18	Fr, 18
Di, 19	Fr, 19	Fr, 19	Mo, 19	Mi, 19	Sa, 19
Mi, 20	Sa, 20	Sa, 20	Di, 20	Do, 20	So, 20
Do, 21	So, 21	So, 21	Mi, 21	Fr, 21	Mo, 21
Fr, 22	Mo, 22	Mo, 22	Do, 22	Sa, 22	Di, 22
Sa, 23	Di, 23	Di, 23	Fr, 23	So, 23	Mi, 23
So, 24	Mi, 24	Mi, 24	Sa, 24	Pfing. Mo, 24	Do, 24
Mo, 25	Do, 25	Do, 25	So, 25	Di, 25	Fr, 25
Di, 26	Fr, 26	Fr, 26	Mo, 26	Mi, 26	Sa, 26
Mi, 27	BStV * Sa, 27	Sa, 27	Di, 27	Do, 27	So, 27
Do, 28	So, 28	So, 28	Mi, 28	Fr, 28	Mo, 28
Fr, 29		Mo, 29	Do, 29	Sa, 29	Di, 29
Sa, 30		Di, 30	Fr, 30	So, 30	Mi, 30
So, 31		Mi, 31		Mo, 31	

- Feiertage
- Ferien
- Sonntag
- Tastschreiben/Textbearb. + Steno
- PTV

\* Verbandsversammlung des BStV

Stand: 13.12.2009