

TTK am Bürgerpark e.V.
Trainingsplan für das Trainingslager vom 07.09.- 09.09.2018

Freitag, 07.09.2018

Uhrzeit	Ort	Beschreibung
16:00 Uhr	Olympisches Trainingszentrum Kienbaum, Puschkinstraße 2, 15537 Grünheide / OT Kienbaum	Anreise ¹
17:00-18:00 Uhr	Sporthalle 4 ²	Training Standard (frei)
18:30 Uhr	Speisesaal ³	Abendessen
20:00-21:30 Uhr	Sporthalle 4	Training Standard Tango (Nora Badura)

Sonnabend, 08.09.2018

Uhrzeit	Ort	Beschreibung
07:00-08:30 Uhr	Speisesaal	Frühstück
09:00-10:30 Uhr	Sporthalle 4	Training Standard (Gert Faustmann)
10:40-12.10 Uhr	Sporthalle 4	Training Standard (Gert Faustmann)
12:45-13:15 Uhr	Speisesaal	Mittagessen
14:15-15:45 Uhr	Sporthalle 4	Training Standard (Gert Faustmann)
16:00-17:00 Uhr	Sporthalle 4	Training Standard (Gert Faustmann)
17:15-18:15 Uhr	Sporthalle 4	Training Standard
19:00 Uhr	Grillplatz ⁴	Abendessen / Grillabend
20:00-22:00 Uhr	Kegelbahn	Kegeln

Sonntag, 09.09.2018

Uhrzeit	Ort	Beschreibung
07:00-08:30 Uhr	Speisesaal	Frühstück
09:00-10:30 Uhr	Sporthalle 4	Training Standard Slowfox (Helga Thierse)
10:40-12:10 Uhr	Sporthalle 4	Training Standard Quickstep (Nora Badura)
12:45 Uhr	Speisesaal	Mittagessen
14:00-15:30 Uhr	Sporthalle 4	Training Standard/Latein (Helga Thierse)

¹ Unsere Unterkunft befindet sich in Kienbaum 2 (Parkplatz direkt davor)

² Unser Training findet in der Ballspielhalle 4 statt (direkt vor der Unterkunft)

³ Speisesaal (15-20 Minuten Fußweg von der Unterkunft/Sporthalle entfernt)

⁴ Der Grillabend findet in Kienbaum 2 statt.