

Trainingsplan DTC 2024

Tag	Uhrzeit	Platz						
		1	2	3	4	5	6	7
Mo	14:00				TR			
	14:30							
	15:00							
	15:30							
	16:00							
	16:30							
	17:00							
	17:30							
	18:00							
	18:30							
	19:00							
	19:30				1. Damen 30 + TR		1. Damen 40	
	20:00							
	20:30				TR			
21:00								
21:30								
Di	14:00				TR			
	14:30							
	15:00							
	15:30							
	16:00							
	16:30							
	17:00							1. Damen 60
	17:30							
	18:00	1. Herren 50						
	18:30	1. Herren 55						2. Herren 50
	19:00							
	19:30							
	20:00							
	20:30							
21:00								
21:30								
Mi	14:00				TR			
	14:30							
	15:00							
	15:30							
	16:00							
	16:30							
	17:00							
	17:30							
	18:00							
	18:30	1. Herren 40		Damen 55		Damen 55 + TR		2. Herren 40
	19:00							
	19:30							
	20:00				TR			
	20:30							
21:00								
21:30								
Do	14:00				TR			
	14:30							
	15:00							
	15:30							
	16:00							
	16:30							1. Herren 65
	17:00	1. Herren 60						
	17:30							
	18:00							
	18:30							
	19:00	1. Herren 30		1. Herren	2. Herren 30 + TR			
	19:30							
	20:00				TR			
	20:30							
21:00								
21:30								
Fr	14:00				TR			
	14:30							
	15:00							
	15:30							
	16:00							
	16:30							
	17:00							
	17:30							
	18:00							
	18:30							
	19:00							
	19:30							
	20:00							
	20:30							
21:00								
21:30								
22:00								
Sa	09:00				TR			
	09:30							
	10:00							
	10:30							
	11:00							
	11:30							
	12:00							
	12:30							
	13:00							
	13:30							
	14:00							

TR = Jugendtraining, Tenniskurse Erwachsene und Mannschaftstraining mit Trainer