

# Trainingsplan TSA Schwarz-Gold Januar 2023

13.1.23/DG

<b>15.1.</b>	DG	17:30 bis 18:30 Aufbau	18:30 bis 19:30 Fortgeschrittene	19:30 bis 20:30 freies Training Paare	
	KP	17:30 bis 18:30 LD-Basic	18:30 bis 19:30 LD-Plus		
<b>22.1.</b>	WR	17:30 bis 18:30 Fortgeschrittene	18:30 bis 19:30 Aufbau	19:30 bis 20:30 LD-Plus	20:30 bis 21:30 LD-Basic
	DG			freies Training Paare	
<b>29.1.</b>	WR	17:30 bis 18:30 LD-Plus	18:30 bis 19:30 LD-Basic	19:30 bis 20:30 Fortgeschrittene	20:30 bis 21:30 Aufbau
	DG		freies Training Paare		