

Trainingsplanung 2016

	Februar			März			April			Mai		
1	Mo			Di			Fr			So		
2	Di			Mi			Sa			Mo		
3	Mi			Do			So			Di		
4	Do			Fr			Mo			Mi		
5	Fr			Sa			Di			Do		
6	Sa			So			Mi			Fr		
7	So			Mo			Do			Sa		
8	Mo			Di			Fr			So		
9	Di			Mi			Sa			Mo		
10	Mi			Do			So			Di		
11	Do			Fr			Mo			Mi		
12	Fr			Sa			Di			Do		
13	Sa			So			Mi			Fr		
14	So			Mo			Do			Sa		
15	Mo			Di			Fr			So		
16	Di			Mi			Sa			Mo		
17	Mi			Do			So			Di		
18	Do			Fr			Mo			Mi		
19	Fr			Sa			Di			Do		
20	Sa			So			Mi			Fr		
21	So			Mo			Do			Sa		
22	Mo			Di			Fr			So		
23	Di			Mi			Sa			Mo		
24	Mi			Do			So			Di		
25	Do			Fr			Mo			Mi		
26	Fr			Sa			Di			Do		
27	Sa			So			Mi			Fr		
28	So			Mo			Do			Sa		
29	Mo			Di			Fr			So		
30				Mi			Sa			Mo		
31				Do						Di		

Trainingsplanung 2016

	Juni			Juli			August			September		
1	Mi			Fr			Mo			Do		
2	Do			Sa			Di			Fr		
3	Fr			So			Mi			Sa		
4	Sa			Mo			Do			So		
5	So			Di			Fr			Mo		
6	Mo			Mi			Sa			Di		
7	Di			Do			So			Mi		
8	Mi			Fr			Mo			Do		
9	Do			Sa			Di			Fr		
10	Fr			So			Mi			Sa		
11	Sa			Mo			Do			So		
12	So			Di			Fr			Mo		
13	Mo			Mi			Sa			Di		
14	Di			Do			So			Mi		
15	Mi			Fr			Mo			Do		
16	Do			Sa			Di			Fr		
17	Fr			So			Mi			Sa		
18	Sa			Mo			Do			So		
19	So			Di			Fr			Mo		
20	Mo			Mi			Sa			Di		
21	Di			Do			So			Mi		
22	Mi			Fr			Mo			Do		
23	Do			Sa			Di			Fr		
24	Fr			So			Mi			Sa		
25	Sa			Mo			Do			So		
26	So			Di			Fr			Mo		
27	Mo			Mi			Sa			Di		
28	Di			Do			So			Mi		
29	Mi			Fr			Mo			Do		
30	Do			Sa			Di			Fr		
31				So			Mi					

Trainingsplanung 2016

	Oktober			September			Dezember			Januar		
1	Sa			Di			Do			So		
2	So			Mi			Fr			Mo		
3	Mo			Do			Sa			Di		
4	Di			Fr			So			Mi		
5	Mi			Sa			Mo			Do		
6	Do			So			Di			Fr		
7	Fr			Mo			Mi			Sa		
8	Sa			Di			Do			So		
9	So			Mi			Fr			Mo		
10	Mo			Do			Sa			Di		
11	Di			Fr			So			Mi		
12	Mi			Sa			Mo			Do		
13	Do			So			Di			Fr		
14	Fr			Mo			Mi			Sa		
15	Sa			Di			Do			So		
16	So			Mi			Fr			Mo		
17	Mo			Do			Sa			Di		
18	Di			Fr			So			Mi		
19	Mi			Sa			Mo			Do		
20	Do			So			Di			Fr		
21	Fr			Mo			Mi			Sa		
22	Sa			Di			Do			So		
23	So			Mi			Fr			Mo		
24	Mo			Do			Sa			Di		
25	Di			Fr			So			Mi		
26	Mi			Sa			Mo			Do		
27	Do			So			Di			Fr		
28	Fr			Mo			Mi			Sa		
29	Sa			Di			Do			So		
30	So			Mi			Fr			Mo		
31	Mo						Sa			Di		