

420er - Regatta - Trainingplan 2022

Januar			Februar			März			April			Mai			Juni			
1	Sa	Neujahr	1	Di		1	Di		1	Fr		1	So	Wassertraining 10-14 Uhr	SCO	1	Mi	
2	So		2	Mi		2	Mi		2	Sa		2	Mo			2	Do	
3	Mo		3	Do		3	Do		3	So	Aufbauen 10-14 Uhr	3	Di			3	Fr	
4	Di		4	Fr		4	Fr		4	Mo		4	Mi			4	Sa	
5	Mi		5	Sa		5	Sa		5	Di		5	Do			5	So	Pfingsten
6	Do		6	So		6	So	Theorettraining 11-14 Uhr	6	Mi		6	Fr			6	Mo	Pfingstmontag
7	Fr		7	Mo		7	Mo		7	Do		7	Sa			7	Di	
8	Sa		8	Di		8	Di	Internat. Frauentag	8	Fr		8	So	Muttertag	Wassertraining 10-14 Uhr	8	Mi	
9	So		9	Mi		9	Mi		9	Sa	Frühjahrs-Cup YCBG	9	Mo			9	Do	
10	Mo		10	Do		10	Do		10	So	Wassertraining 10-14 Uhr	10	Di			10	Fr	
11	Di		11	Fr		11	Fr		11	Mo		11	Mi			11	Sa	Rahnsdorfer 420er SVR
12	Mi		12	Sa		12	Sa		12	Di		12	Do			12	So	Wassertraining 10-14 Uhr
13	Do		13	So	Theorettraining 11-14 Uhr	13	So	Theorettraining 11-14 Uhr	13	Mi		13	Fr			13	Mo	
14	Fr		14	Mo		14	Mo		14	Do		14	Sa		Sea Cup North SCN	14	Di	
15	Sa		15	Di		15	Di		15	Fr	Karfreitag	15	So	Wassertraining 10-14 Uhr		15	Mi	
16	So	Theorettraining 11-14 Uhr	16	Mi		16	Mi		16	Sa		16	Mo			16	Do	
17	Mo		17	Do		17	Do		17	So	Ostern	17	Di			17	Fr	
18	Di		18	Fr		18	Fr		18	Mo	Ostermontag	18	Mi			18	Sa	
19	Mi		19	Sa		19	Sa		19	Di		19	Do			19	So	Wassertraining 10-14 Uhr
20	Do		20	So	Theorettraining 11-14 Uhr	20	So		20	Mi		20	Fr			20	Mo	
21	Fr		21	Mo		21	Mo		21	Do		21	Sa			21	Di	
22	Sa		22	Di		22	Di		22	Fr		22	So	Wassertraining 10-14 Uhr		22	Mi	
23	So	Theorettraining 11-14 Uhr	23	Mi		23	Mi		23	Sa	Wannsee-Pokal VSaW/PYC	23	Mo			23	Do	
24	Mo		24	Do		24	Do		24	So	Wassertraining 10-14 Uhr	24	Di			24	Fr	
25	Di		25	Fr		25	Fr		25	Mo		25	Mi			25	Sa	
26	Mi		26	Sa		26	Sa		26	Di		26	Do	Christi Himmelfahrt		26	So	Wassertraining 10-14 Uhr
27	Do		27	So	Theorettraining 11-14 Uhr	27	So	Beginn der Sommerzeit	27	Mi		27	Fr			27	Mo	
28	Fr		28	Mo		28	Mo		28	Do		28	Sa			28	Di	
29	Sa					29	Di		29	Fr		29	So	Wassertraining 10-14 Uhr		29	Mi	
30	So					30	Mi		30	Sa	Willi-Möllmer-Gedächtnis-Preis	30	Mo			30	Do	
31	Mo					31	Do					31	Di					
Schulferien in Berlin			Wassertraining alle			Regatta			Wassertraining			Theorettraining			Auf-/Abbauen			

Angaben ohne Gewähr

420er - Regatta - Trainingplan 2022

Juli		August		September		Oktober		November		Dezember						
1	Fr		1	Mo		1	Do		1	Di		1	Do			
2	Sa		2	Di		2	Fr		2	Mi		2	Fr			
3	So	Wassertraining 10-14 Uhr	3	Mi		3	Sa		3	Mo	Tag der deutschen Einheit	3	Sa			
4	Mo		4	Do		4	So	Wassertraining 10-14 Uhr	4	Di		4	So	Abbauen 10-14 Uhr		
5	Di		5	Fr		5	Mo		5	Mi		5	Mo			
6	Mi		6	Sa		6	Di		6	Do		6	Di	Wassertraining 10-14 Uhr		
7	Do		7	So	Wassertraining 10-14 Uhr	7	Mi		7	Fr		7	Mi			
8	Fr		8	Mo		8	Do		8	Di		8	Do			
9	Sa		9	Di		9	Fr		9	So	Wassertraining 10-14 Uhr	9	Fr			
10	So	Wassertraining 10-14 Uhr	10	Mi		10	Sa		10	Mo	Spandauer Eis-Cup SpYC	10	Do	10	Sa	
11	Mo		11	Do		11	So	Wassertraining 10-14 Uhr	11	Di		11	Fr	11	So	Theorettraining 11-14 Uhr
12	Di		12	Fr		12	Mo		12	Mi		12	Di	12	Mo	
13	Mi		13	Sa		13	Di		13	Do		13	So	13	Di	Wassertraining 10-14 Uhr
14	Do		14	So	Wassertraining 10-14 Uhr	14	Mi		14	Fr		14	Mo	14	Mi	
15	Fr		15	Mo		15	Do		15	Sa	Jugendwettfahrten BYC	15	Di	15	Do	
16	Sa		16	Di		16	Fr		16	So	Wassertraining 10-14 Uhr	16	Mi	16	Fr	
17	So	Wassertraining 10-14 Uhr	17	Mi		17	Sa		17	Mo	Seglerhaus-Preis VSaW	17	Do	17	Sa	
18	Mo		18	Do		18	So	Wassertraining 10-14 Uhr	18	Di		18	Fr	18	So	Theorettraining 11-14 Uhr
19	Di		19	Fr		19	Mo		19	Mi		19	Sa	19	Mo	
20	Mi		20	Sa		20	Di		20	Do		20	So	20	Di	Wassertraining 10-14 Uhr
21	Do		21	So	Wassertraining 10-14 Uhr	21	Mi		21	Fr		21	Mo	21	Mi	
22	Fr		22	Mo		22	Do		22	Sa	Joachim-Hunger-Gedächtnis-Preis VSaW	22	Di	22	Do	
23	Sa		23	Di		23	Fr		23	So	Wassertraining 10-14 Uhr	23	Mi	23	Fr	
24	So	Wassertraining 10-14 Uhr	24	Mi		24	Sa		24	Mo		24	Do	24	Sa	Heiligabend
25	Mo		25	Do		25	So	Wassertraining 10-14 Uhr	25	Di		25	Fr	25	So	1. Weihnachtstag
26	Di		26	Fr		26	Mo		26	Mi		26	Sa	26	Mo	2. Weihnachtstag
27	Mi		27	Sa		27	Di		27	Do		27	So	27	Di	Wassertraining 10-14 Uhr
28	Do		28	So	Wassertraining 10-14 Uhr	28	Mi		28	Fr		28	Mo	28	Mi	
29	Fr		29	Mo		29	Do		29	Sa		29	Di	29	Do	
30	Sa		30	Di		30	Fr		30	So	Wassertraining 10-14 Uhr	30	Mi	30	Fr	
31	So	Wassertraining 10-14 Uhr	31	Mi					31	Mo	Reformationstag			31	Sa	Silvester
Schulferien in Berlin		Wassertraining alle		Regatta		Wassertraining		Theorettraining		Auf-/Abbauen		Angaben ohne Gewähr				