FRC84 – Sommertrainingsplan vom 28. März bis 15. Oktober

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Erwachsene Zusätzliches Training ist außerhalb der Gruppentermine mit Zugangscode möglich	16:00 Uhr Senioren Fitnessraum	19:00 Uhr Frankfurt School Rudern		07:00 Uhr Alle Rudern	09:00 Uhr Frauen Rudern	09:00 Uhr Alle Rudern
	18:30 Uhr Alle Rudern	19:00 Uhr Frauen Rudern	18:30 Uhr Alle Rudern			
17:30 Uhr U19/U23 Rudern	17:30 Uhr U19/U23 Rudern	17:30 Uhr U19/U23 Rudern	17:30 Uhr U19/U23 Rudern	17:30 Uhr U19/U23 Rudern	10:00 Uhr U19/U23 Rudern	10:00 Uhr U19/U23 Rudern
17:30 Uhr U17 Rudern	17:30 Uhr U17 Rudern	17:30 Uhr U17 Rudern	17:30 Uhr U17 Rudern	17:30 Uhr U17 Rudern	10:00 Uhr U17 Rudern	10:00 Uhr U17 Rudern
17:00 Uhr U15+Freizeit Rudern			17:00 Uhr U15+Freizeit Rudern		12:00 Uhr U15+Freizeit Rudern	JuniorTeam