

# Trainingsplan Sommer 2026

04. Mai 2026 – Oktober 2026

<b>Donnerstag</b> <b>Dinko Panzic</b>	<b>Donnerstag</b> <b>Michael Amtenbrink</b>	<b>Freitag</b> <b>Neele Witkowski</b>	<b>Freitag</b> <b>Dinko Panzic</b>	<b>Freitag</b> <b>Michael Amtenbrink</b>
<b>15.15 – 16.15 Uhr</b>		<b>15.00 – 15.45 Uhr</b>	<b>14.45 – 15.30 Uhr</b>	<b>14.00 – 15.00 Uhr</b>
Lisann C Greta W Zoe K		Roman B Louis E Henry K Timo W	Mila W, Lara A Toni S Leonard V Lucas J	Jakub U Bodo K Amalia O Noah B
<b>16.15 – 17.00 Uhr</b>	<b>15.00 – 16.00 Uhr</b>	<b>15.45 – 16.30 Uhr</b>	<b>15.30 – 16.15 Uhr</b>	<b>15.00 – 16.00 Uhr</b>
Leandro N Egon Z, Loui Z Lilli D Tobias D	Charlotte W Leni H Erik D	Mira B Marie H Livia J Gracia S	Ivan S Moritz J. Paul H Joni M	Emma W Philippa H Matilda W
<b>17.00 – 18.00 Uhr</b>	<b>16.00 – 17.00 Uhr</b>	<b>16.30 – 17.15 Uhr</b>	<b>16.15 – 17.15 Uhr</b>	<b>16.00 – 17.00 Uhr</b>
Nora S, Giulia T Johanna K Moritz S Frederik P	Ole H Leon H Alvar K Max Z	Greta B Alina S Diana S Johann G	Mauritz L Emil H Konstantin K Lucas K	Liam H Oskar P Leo K
<b>18.00 – 19.00 Uhr</b>	<b>17.00 – 18.00 Uhr</b>	<b>17.15 – 18.00 Uhr</b>	<b>17.15 – 18.15 Uhr</b>	<b>17.00 – 18.00 Uhr</b>
Emma O Emma K Femke S Mila H	Oskar P Henrik W Michael K Fiete H	Louisa H Sofia K Kasimir P, Maila P Samuel S	Yannes H Lias S Caspar W	Alessio S Max R, Jakob S David H Moritz W
<b>19.00 – 20.00 Uhr</b>			<b>18.15 – 19.15 Uhr</b>	
Kevin P Marcel W Justus B Jakob W			Arne G, Nils T Dennis P Mats H Niklas B	