

Trainingsplan 2023



| Januar | Februar | März | April | Mai | Juni | Juli | August | September | Oktober | November | Dezember |
|---|------------------------------------|--|-------------------------------------|--|----------------------------------|------------------------------|------------------------------------|---------------------------------|--|-----------------------------------|---------------------------------------|
| 1 So <small>Neujahr</small> | 1 Mi | 1 Mi | 1 Sa | 1 Mo <small>Tag der Arbeit</small> 18 | 1 Do | 1 Sa | 1 Di <small>Kein Training</small> | 1 Fr <small>Umzug</small> | 1 So | 1 Mi <small>Allerheiligen</small> | 1 Fr <small>Poomsae</small> |
| 2 Mo | 2 Do | 2 Do | 2 So | 2 Di | 2 Fr | 2 So | 2 Mi | 2 Sa | 2 Mo 40 | 2 Do | 2 Sa |
| 3 Di | 3 Fr | 3 Fr | 3 Mo 14 | 3 Mi | 3 Sa | 3 Mo 27 | 3 Do | 3 So <small>Kirchweih</small> | 3 Di <small>Kein Training</small> | 3 Fr <small>MIX</small> | 3 So <small>1. Advent</small> |
| 4 Mi | 4 Sa | 4 Sa | 4 Di | 4 Do | 4 So | 4 Di <small>Poomsae</small> | 4 Fr <small>Kein Training</small> | 4 Mo 36 | 4 Mi | 4 Sa | 4 Mo 49 |
| 5 Do | 5 So | 5 So | 5 Mi | 5 Fr | 5 Mo 23 | 5 Mi | 5 Sa | 5 Di | 5 Do | 5 So | 5 Di <small>Poomsae</small> |
| 6 Fr <small>Heilige Drei Könige</small> | 6 Mo 6 | 6 Mo 10 | 6 Do | 6 Sa | 6 Di | 6 Do | 6 So | 6 Mi | 6 Fr <small>Poomsae</small> | 6 Mo 45 | 6 Mi |
| 7 Sa | 7 Di | 7 Di | 7 Fr <small>Karfreitag</small> | 7 So | 7 Mi | 7 Fr <small>Poomsae</small> | 7 Mo 32 | 7 Do | 7 Sa <small>Ba Wü</small> | 7 Di <small>Kampf</small> | 7 Do |
| 8 So | 8 Mi | 8 Mi | 8 Sa | 8 Mo 19 | 8 Do <small>Fronleichnam</small> | 8 Sa | 8 Di <small>Kein Training</small> | 8 Fr <small>KITrNa</small> | 8 So | 8 Mi | 8 Fr <small>Poomsae</small> |
| 9 Mo 2 | 9 Do | 9 Do | 9 So <small>Ostern</small> | 9 Di | 9 Fr | 9 So | 9 Mi | 9 Sa <small>KITrNa</small> | 9 Mo 41 | 9 Do | 9 Sa <small>Dan-prüfung</small> |
| 10 Di | 10 Fr | 10 Fr | 10 Mo <small>Ostermontag</small> 15 | 10 Mi | 10 Sa | 10 Mo 28 | 10 Do | 10 So | 10 Di <small>Grundschule</small> | 10 Fr <small>Kampf</small> | 10 So |
| 11 Mi | 11 Sa | 11 Sa | 11 Di | 11 Do | 11 So | 11 Di <small>Poomsae</small> | 11 Fr <small>Kein Training</small> | 11 Mo 37 | 11 Mi | 11 Sa | 11 Mo 50 |
| 12 Do | 12 So | 12 So | 12 Mi | 12 Fr | 12 Mo 24 | 12 Mi | 12 Sa | 12 Di <small>sv</small> | 12 Do | 12 So | 12 Di <small>Grundschule</small> |
| 13 Fr | 13 Mo 7 | 13 Mo 11 | 13 Do | 13 Sa | 13 Di | 13 Do | 13 So | 13 Mi | 13 Fr <small>Grundschule</small> | 13 Mo 46 | 13 Mi |
| 14 Sa | 14 Di | 14 Di | 14 Fr | 14 So <small>Muttertag</small> | 14 Mi | 14 Fr <small>Poomsae</small> | 14 Mo 33 | 14 Do | 14 Sa | 14 Di <small>sv</small> | 14 Do |
| 15 So | 15 Mi | 15 Mi | 15 Sa | 15 Mo 20 | 15 Do | 15 Sa | 15 Di <small>Kein Training</small> | 15 Fr <small>sv</small> | 15 So | 15 Mi | 15 Fr <small>Grundschule</small> |
| 16 Mo 3 | 16 Do | 16 Do | 16 So | 16 Di | 16 Fr | 16 So | 16 Mi | 16 Sa <small>Rick Clark</small> | 16 Mo 42 | 16 Do | 16 Sa |
| 17 Di | 17 Fr | 17 Fr | 17 Mo 16 | 17 Mi | 17 Sa | 17 Mo 29 | 17 Do | 17 So | 17 Di <small>Grundschule</small> | 17 Fr <small>sv</small> | 17 So |
| 18 Mi | 18 Sa | 18 Sa | 18 Di | 18 Do <small>Christi Himmelfahrt</small> | 18 So | 18 Di <small>Kampf</small> | 18 Fr <small>MIX</small> | 18 Mo 38 | 18 Mi | 18 Sa | 18 Mo 51 |
| 19 Do | 19 So | 19 So | 19 Mi | 19 Fr | 19 Mo 25 | 19 Mi | 19 Sa | 19 Di <small>sv</small> | 19 Do | 19 So | 19 Di <small>Gürtelprüfung</small> |
| 20 Fr | 20 Mo <small>Rosenmontag</small> 8 | 20 Mo 12 | 20 Do | 20 Sa | 20 Di | 20 Do | 20 So | 20 Mi | 20 Fr <small>Grundschule</small> | 20 Mo 47 | 20 Mi |
| 21 Sa | 21 Di | 21 Di | 21 Fr | 21 So | 21 Mi | 21 Fr <small>Kampf</small> | 21 Mo 34 | 21 Do | 21 Sa | 21 Di <small>sv</small> | 21 Do |
| 22 So | 22 Mi | 22 Mi | 22 Sa | 22 Mo 21 | 22 Do | 22 Sa | 22 Di <small>Kein Training</small> | 22 Fr <small>sv</small> | 22 So | 22 Mi | 22 Fr <small>Grundschule</small> |
| 23 Mo 4 | 23 Do | 23 Do | 23 So | 23 Di | 23 Fr | 23 So | 23 Mi | 23 Sa | 23 Mo 43 | 23 Do | 23 Sa |
| 24 Di | 24 Fr | 24 Fr | 24 Mo 17 | 24 Mi | 24 Sa | 24 Mo 30 | 24 Do | 24 So | 24 Di <small>Kampf</small> | 24 Fr <small>sv</small> | 24 So <small>Heiligabend</small> |
| 25 Mi | 25 Sa | 25 Sa | 25 Di | 25 Do | 25 So | 25 Di <small>Kampf</small> | 25 Fr <small>MIX</small> | 25 Mo 39 | 25 Mi | 25 Sa | 25 Mo <small>1. Weihnachtstag</small> |
| 26 Do | 26 So | 26 So <small>Beginn der Sommerzeit</small> | 26 Mi | 26 Fr | 26 Mo 26 | 26 Mi | 26 Sa | 26 Di <small>Poomsae</small> | 26 Do | 26 So | 26 Di <small>Kein Training</small> |
| 27 Fr | 27 Mo 9 | 27 Mo 13 | 27 Do | 27 Sa | 27 Di | 27 Do | 27 So | 27 Mi | 27 Fr <small>Kampf</small> | 27 Mo 48 | 27 Mi 52 |
| 28 Sa | 28 Di | 28 Di | 28 Fr | 28 So <small>Pfingsten</small> | 28 Mi | 28 Fr <small>Kampf</small> | 28 Mo 35 | 28 Do | 28 Sa | 28 Di <small>Poomsae</small> | 28 Do |
| 29 So | | 29 Mi | 29 Sa | 29 Mo <small>Pfingstmontag</small> 22 | 29 Do | 29 Sa | 29 Di <small>Kein Training</small> | 29 Fr <small>Poomsae</small> | 29 So <small>Ende der Sommerzeit</small> | 29 Mi | 29 Fr <small>Kein Training</small> |
| 30 Mo 5 | | 30 Do | 30 So | 30 Di | 30 Fr | 30 So | 30 Mi | 30 Sa | 30 Mo 44 | 30 Do | 30 Sa |
| 31 Di | | 31 Fr | | 31 Mi | | 31 Mo 31 | 31 Do | | 31 Di <small>MIX</small> | | 31 So <small>Silvester</small> |