

# Trainingsplan 2023

Januar	Februar	März	April	Mai	Juni
1 So <b>Neujahr</b>	1 Mi	1 Mi	1 Sa	1 Mo <b>Tag der Arbeit</b> 18	1 Do
2 Mo	2 Do 4	2 Do 7	2 So	2 Di 14	2 Fr
3 Di	3 Fr	3 Fr	3 Mo 14	3 Mi	3 Sa
4 Mi	4 Sa	4 Sa	4 Di	4 Do 14	4 So
5 Do	5 So	5 So	5 Mi	5 Fr	5 Mo 23
6 Fr Heilige Drei Könige	6 Mo 6	6 Mo 10	6 Do	6 Sa	6 Di 18
7 Sa	7 Di 5	7 Di 8	7 Fr <b>Karfreitag</b>	7 So	7 Mi
8 So	8 Mi	8 Mi	8 Sa	8 Mo 19	8 Do Fronleichnam
9 Mo 2	9 Do 5	9 Do 8	9 So Ostern	9 Di 15	9 Fr
10 Di 1	10 Fr	10 Fr	10 Mo <b>Ostermontag</b> 15	10 Mi	10 Sa
11 Mi	11 Sa	11 Sa	11 Di	11 Do 15	11 So
12 Do 1	12 So	12 So	12 Mi	12 Fr	12 Mo 24
13 Fr	13 Mo 7	13 Mo 11	13 Do	13 Sa	13 Di 19
14 Sa	14 Di 6	14 Di 9	14 Fr	14 So Muttertag	14 Mi
15 So	15 Mi	15 Mi	15 Sa	15 Mo 20	15 Do 17
16 Mo 3	16 Do	16 Do 9	16 So	16 Di 16 gemeinsames Training	16 Fr
17 Di 2	17 Fr	17 Fr	17 Mo 16	17 Mi	17 Sa
18 Mi	18 Sa	18 Sa	18 Di 12	18 Do <b>Christi Himmelfahrt</b>	18 So
19 Do 2	19 So	19 So	19 Mi	19 Fr	19 Mo 25
20 Fr	20 Mo Rosenmontag 8	20 Mo 12	20 Do 12	20 Sa	20 Di 20
21 Sa	21 Di	21 Di 10	21 Fr	21 So	21 Mi
22 So	22 Mi	22 Mi	22 Sa	22 Mo 21	22 Do 18
23 Mo 4	23 Do	23 Do 10	23 So	23 Di 17	23 Fr
24 Di 3	24 Fr	24 Fr	24 Mo 17	24 Mi	24 Sa
25 Mi	25 Sa	25 Sa	25 Di 13	25 Do 16	25 So
26 Do 3	26 So	26 So Beginn der Sommerzeit	26 Mi	26 Fr	26 Mo 26
27 Fr	27 Mo 9	27 Mo 13	27 Do 13	27 Sa	27 Di 21
28 Sa	28 Di 7	28 Di 11	28 Fr	28 So Pfingsten	28 Mi
29 So		29 Mi	29 Sa	29 Mo <b>Pfingstmontag</b> 22	29 Do 19
30 Mo 5		30 Do 11	30 So	30 Di	30 Fr
31 Di 4		31 Fr		31 Mi	

# Trainingsplan 2023

Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
1 Sa	1 Di	1 Fr	1 So	1 Mi Allerheiligen	1 Fr
2 So	2 Mi	2 Sa	2 Mo 40	2 Do 32	2 Sa
3 Mo 27	3 Do	3 So	3 Di Tag der Dt. Einheit	3 Fr	3 So 1. Advent
4 Di 22	4 Fr	4 Mo 36	4 Mi	4 Sa	4 Mo 49
5 Mi	5 Sa	5 Di 26	5 Do 28	5 So	5 Di 37
6 Do 20	6 So	6 Mi	6 Fr	6 Mo 45	6 Mi
7 Fr	7 Mo 32	7 Do 24	7 Sa	7 Di 33	7 Do 37
8 Sa	8 Di	8 Fr	8 So	8 Mi	8 Fr
9 So	9 Mi	9 Sa	9 Mo 41	9 Do 33	9 Sa
10 Mo 28	10 Do	10 So	10 Di 30	10 Fr	10 So
11 Di 23	11 Fr	11 Mo 37	11 Mi	11 Sa	11 Mo 50
12 Mi	12 Sa	12 Di 27	12 Do 29	12 So	12 Di 38
13 Do 21	13 So	13 Mi	13 Fr	13 Mo 46	13 Mi
14 Fr	14 Mo 33	14 Do 25	14 Sa	14 Di 34	14 Do 38
15 Sa	15 Di	15 Fr	15 So	15 Mi	15 Fr
16 So	16 Mi	16 Sa	16 Mo 42	16 Do 34	16 Sa
17 Mo 29	17 Do	17 So	17 Di 31	17 Fr	17 So
18 Di 24	18 Fr	18 Mo 38	18 Mi	18 Sa	18 Mo 51
19 Mi	19 Sa	19 Di 28	19 Do 30	19 So	19 Di 39 gemeinsames Training
20 Do 22	20 So	20 Mi	20 Fr	20 Mo 47	20 Mi
21 Fr	21 Mo 34	21 Do 26	21 Sa	21 Di 35	21 Do
22 Sa	22 Di	22 Fr	22 So	22 Mi	22 Fr
23 So	23 Mi	23 Sa	23 Mo 43	23 Do 35	23 Sa
24 Mo 30	24 Do	24 So	24 Di 32	24 Fr	24 So Heiligabend
25 Di 25	25 Fr	25 Mo 39	25 Mi	25 Sa	25 Mo 1. Weihnachtstag 52
26 Mi	26 Sa	26 Di 29	26 Do 31	26 So	26 Di 2. Weihnachtstag
27 Do 23 gemeinsames Training	27 So	27 Mi	27 Fr	27 Mo 48	27 Mi
28 Fr	28 Mo 35	28 Do 27	28 Sa	28 Di 36	28 Do
29 Sa	29 Di	29 Fr	29 So Ende der Sommerzeit	29 Mi	29 Fr
30 So	30 Mi	30 Sa	30 Mo 44	30 Do 36	30 Sa
31 Mo 31	31 Do		31 Di		31 So Silvester