

**14. Neujahrsl Lehrgang mit
Barbara Bandel & Fabian Seidlmeier
(Vorläufiger Zeitplan)**

Montag, 04.01.2016

Anreise bis 09.45 Uhr

10.00 – 11.30 Uhr 1. Trainingseinheit

11.30 – 11.45 Uhr Pause

11.45 – 13.15 Uhr 2. Trainingseinheit

13.15 – 14.45 Uhr Mittagspause

14.45 – 16.15 Uhr 3. Trainingseinheit

16.15 – 16.30 Uhr Pause

16.30 – 18.00 Uhr 4. Trainingseinheit

18.00 – 19.30 Uhr Abendessen

19.30 – 20.30 Uhr 5. Trainingseinheit

ca. 21.00 Uhr Film, danach Bettruhe!!!

Dienstag, den 05.01.2016

10.00 – 12.00 Uhr 6. Trainingseinheit

12.00 – 13.30 Uhr Mittagspause

13.30 – 14.45 Uhr 7. Trainingseinheit

14.45 – 15.00 Uhr Pause

15.00 – 16.00 Uhr 8. Trainingseinheit

Abreise ab ca. 16.30 Uhr nach dem Mattenabbau