

Trainingsplan 2019 Sitzball PluSport St.Gallen

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	KW
	31	1 Neujahrstag	2 Berchtoldstag	3	4	5	6 Hl. Drei Könige	1
Jan	7	8 SG	9	10	11	12	13	2
	14	15 SG & TG	16	17	18	19	20	3
	21	22 SG	23	24	25	26	27	4
	28	29	30	31	1	2	3	5
Feb	4	5 SG & TG	6	7	8	9	10	6
	11	12 SG	13	14	15	16	17	7
	18	19 SG & TG	20	21	22	23	24	8
	25	26 SG	27	28	1	2	3	9
Mär	4	5 SG & TG	6	7	8	9	10	10
	11	12 SG	13	14	15	16	17	11
	18	19 SG & TG	20	21	22	23	24	12
	25	26 SG	27	28	29	30	31	13
Apr	1	2 SG & TG	3	4	5	6	7	14
	8	9	10	11	12	13	14	15
	15	16	17	18	19 Karfreitag	20	21	16
	22 Ostermontag	23 SG	24	25	26	27	28	17
	29	30 SG & TG	1 Tag d. Arbeit	2	3	4	5	18
Mai	6	7 SG	8	9	10	11	12	19
	13	14 SG & TG	15	16	17	18	19	20
	20	21 SG	22	23	24	25	26	21
	27	28 SG & TG	29	30 Auffahrt	31	1	2	22
Jun	3	4 SG	5	6	7	8	9	23
	10 Pfingstmontag	11 SG & TG	12	13	14	15	16	24
	17	18 SG	19	20 Fronleichnam	21	22	23	25
	24	25 SG & TG	26	27	28	29	30	26
Jul	1	2	3	4	5	6	7	27
	8	9	10	11	12	13	14	28
	15	16	17	18	19	20	21	29
	22	23	24	25	26	27	28	30
	29	30	31	1 Bundesfeier	2	3	4	31
Aug	5	6	7	8	9	10	11	32
	12	13 SG & TG	14	15 Mariä Himmelf.	16	17	18	33
	19	20 SG	21	22	23	24 60 J.BSV	25	34
	26	27 SG & TG	28	29	30	31	1	35
Sep	2	3 SG	4	5	6	7	8	36
	9	10 SG & TG	11	12	13	14	15	37
	16	17 SG	18	19	20	21	22	38
	23	24 SG & TG	25	26	27	28	29	39
	30	1	2	3	4	5	6	40
Okt	7	8	9	10	11	12	13	41
	14	15	16	17	18	19	20	42
	21	22 SG & TG	23	24	25	26	27	43
	28	29 SG	30	31	1 Allerheiligen	2	3	44
Nov	4	5 SG & TG	6	7	8	9	10	45
	11	12 SG	13	14	15	16	17	46
	18	19 SG & TG	20	21	22	23	24	47
	25	26 SG	27	28	29	30	1	48
	2	3 SG & TG	4	5	6	7	8 Mariä Empfäng.	49

9	10	SG	11	12	13	14	15	50
16	17	SG & TG	18	19	20	21	22	51
23	24	25 Weihnachtstag	26 Stephanstag	27	28	29	30	52
30	31	1 Neujahrstag	2	3	4	5	6	1

Oktober 2018 RF