

# Trainingsplan 2023-2, Artistic Swimming

Version 14.09.23 / Termine können auch kurzfristig abgesagt werden. Trainingsorte nach Möglichkeiten

Juli		August		September		Oktober		November		Dezember	
				<b>In Urdorf und Spreitenbach</b>							
1 Sa		1 Di		1 Fr AS 1, Spreitenbach		1 So		1 Mi AS Novizen		1 Fr AS1	
2 So		2 Mi		2 Sa		2 Mo		2 Do		2 Sa AS Novizinnen + AS1	
3 Mo	27	3 Do		3 So		3 Di		3 Fr AS1		3 So 1. Advent	
4 Di		4 Fr		4 Mo	34	4 Mi AS Novizen, Urdorf		4 Sa Limmattaler Fisch		4 Mo	49
5 Mi		5 Sa		5 Di		5 Do		5 So		5 Di	
6 Do		6 So		6 Mi AS Novizen, Urdorf		6 Fr AS 1, Spreitenbach		6 Mo	45	6 Mi AS Novizen, Urdorf	
7 Fr		7 Mo	32	7 Do		7 Sa		7 Di		7 Do	
8 Sa		8 Di		8 Fr AS 1, Spreitenbach		8 So		8 Mi AS Novizen, Urdorf		8 Fr AS 1, Spreitenbach	
9 So		9 Mi		9 Sa		9 Mo	41	9 Do		9 Sa	
10 Mo	28	10 Do		10 So		10 Di		10 Fr AS 1, Spreitenbach		10 So	
11 Di		11 Fr		11 Mo		11 Mi		11 Sa		11 Mo	50
12 Mi		12 Sa		12 Di		12 Do		12 So		12 Di	
13 Do		13 So		13 Mi AS		13 Fr		13 Mo	46	13 Mi AS Novizen, Urdorf	
14 Fr		14 Mo	33	14 Do		14 Sa		14 Di		14 Do	
15 Sa		15 Di		15 Fr AS		15 So		15 Mi AS Novizen, Urdorf		15 Fr AS 1, Spreitenbach	
16 So		16 Mi		16 Sa		16 Mo	42	16 Do		16 Sa	
17 Mo	29	17 Do		17 So		17 Di		17 Fr AS 1, Spreitenbach		So	
18 Di		18 Fr		18 Mo		18 Mi		18 Sa		18 Mo	51
19 Mi		19 Sa		19 Di		19 Do		19 So		19 Di	
20 Do		20 So		20 Mi AS Novizen, Urdorf		20 Fr		20 Mo	47	20 Mi AS Novizen, Urdorf	
21 Fr		21 Mo		21 Do		21 Sa		21 Di		21 Do	
22 Sa		22 Di		22 Fr AS 1, Spreitenbach		22 So		22 Mi AS Novizen, Urdorf		22 Fr AS 1, Spreitenbach	
23 So		23 Mi		23 Sa		23 Mo		23 Do		23 Sa	
24 Mo	30	24 Do		24 So		24 Di		24 Fr AS 1, Spreitenbach		24 So Heiligabend	
25 Di		25 Fr		25 Mo		25 Mi AS Novizen, Urdorf		25 Sa		25 Mo 1. Weihnachtstag	52
26 Mi		26 Sa		26 Di		26 Do		26 So		26 Di 2. Weihnachtstag	
27 Do		27 So		27 Mi AS Novizen, Urdorf		27 Fr AS 1, Spreitenbach		27 Mo		27 Mi	
28 Fr		28 Mo		28 Do		28 Sa		28 Di		28 Do	
29 Sa		29 Di		29 Fr AS 1, Spreitenbach		29 So Ende der Sommerzeit		29 Mi AS Novizen		29 Fr	
30 So		30 Mi		30 Sa		30 Mo	44	30 Do		30 Sa	
31 Mo	31	31 Do				31 Di				31 So Silvester	

Angaben ohne Gewähr