

Name:	Verein: ESV Dresden	Kader:	KW:	Jahr:
-------	----------------------------	--------	-----	-------

TRAININGSPROTOKOLL	KANU - Rennsport
---------------------------	-------------------------

	1.Training				2.Training				3.Training				4.Training			
Montag																
Dienstag																
Mittwoch																
Donnerstag																
Freitag																
Samstag																
Sonntag																

	spezifischer Trainingsumfang STU								unspezifischer Trainingsumfang UTU				Gesamtumfang			
	GA 1 km	GA 2 km	GA 3 km	SKA km	SKM km	WA km	SA/S km	KB km	F-Aus min	F-Max min	Lauf min	S & G min		STU min	UTU min	GTU min
Soll																
Ist																

Wettkampf-, Test-, Diagnostikergebnisse:

Bemerkungen: