

# Lehrgangsplan/Kursübersicht Kurs vom:

*Tischtennis College Osnabrück*

<i>Samstag</i>	<i>Sonntag</i>	<i>Montag</i>	<i>Dienstag</i>
	7.45 Wecken 8.00/8.15 Frühstück	7.45 Wecken 8.00/8.15 Frühstück	7.45 Wecken 8.00/8.15 Frühstück
	<b>9.15 - 11.15 Trainingseinheit</b>	<b>9.15 - 11.15 Trainingseinheit</b>	<b>9.15 - 11.15 Trainingseinheit</b>
14.00 Vorbesprechung in der Jugendherberge	12.00 Mittagessen	12.00 Mittagessen	12.00 Mittagessen
<b>15.00 - 17.00 Trainingseinheit</b>	<b>14.30 - 16.30 Trainingseinheit</b>	<b>14.30 - 16.30 Trainingseinheit</b>	ca. <b>12.30 Abschlussbesprechung</b>
18.00 Abendessen	18.00 Abendessen	18.00 Abendessen	
<b>19.15 - 21.15 Trainingseinheit</b>	<b>19.15 Uhr Treff in der Sporthalle, "Gemeinsam Spaß haben"</b>	<b>19.15 -20.15 Trainingseinheit</b> danach offener Ausklang	
22.30 Bettruhe	22.30 Bettruhe	22.30 Bettruhe	