

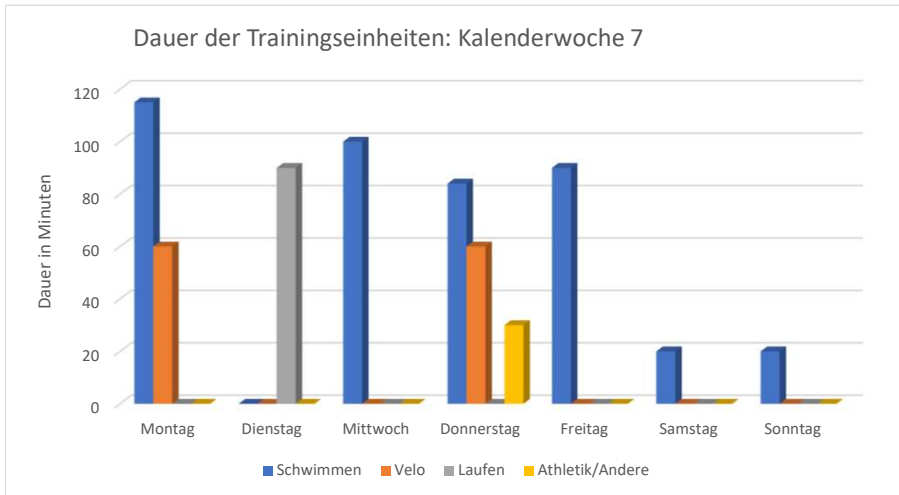
Dauer der Trainingseinheiten in min

	Schwimmen	Velo	Laufen	Athletik/Andere
Montag	115	60	0	0
Dienstag	0	0	90	0
Mittwoch	100	0	0	0
Donnerstag	84	60	0	30
Freitag	90	0	0	0
Samstag	20	0	0	0
Sonntag	20	0	0	0
<b>Total</b>	<b>429</b>	<b>120</b>	<b>90</b>	<b>30</b>

Umfänge der Trainingseinheiten in km

	Schwimmen	Velo	Laufen	
Montag	5.850	29.300	0.000	
Dienstag		0.000	10.570	
Mittwoch	3.200	0.000	0.000	
Donnerstag	2.200	29.100	0.000	
Freitag	4.100	0.000	0.000	
Samstag	1.200	0.000	0.000	
Sonntag	1.200	0.000	0.000	
<b>Total</b>	<b>17.750</b>	<b>58.400</b>	<b>10.570</b>	<b>86.720</b>

Dauer der Trainingseinheiten: Kalenderwoche 7



Umfänge der Trainingseinheiten: Kalenderwoche 7

