

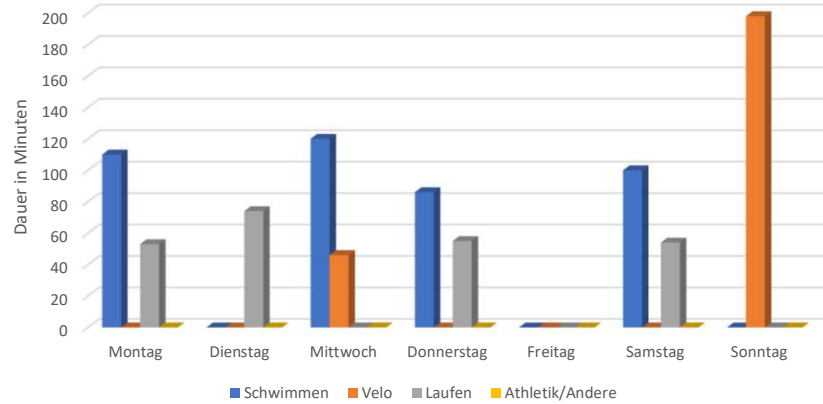
Dauer der Trainingseinheiten in min

	Schwimmen	Velo	Laufen	Athletik/Andere
Montag	110	0	53	0
Dienstag	0	0	74	0
Mittwoch	120	46	0	0
Donnerstag	86	0	55	0
Freitag	0	0	0	0
Samstag	100	0	54	0
Sonntag	0	198	0	0
Total	416	244	236	0

Umfänge der Trainingseinheiten in km

	Schwimmen	Velo	Laufen	
Montag	5.100	0.000	10.210	
Dienstag	0.000	0.000	9.520	
Mittwoch	6.000	17.400	0.000	
Donnerstag	4.100	0.000	10.400	
Freitag	0.000	0.000	0.000	
Samstag	4.000	0.000	10.160	
Sonntag	0.000	65.840	0.000	
Total	19.200	83.240	40.290	142.730

Dauer der Trainingseinheiten: Kalenderwoche 10



Umfänge der Trainingseinheiten: Kalenderwoche 10

