

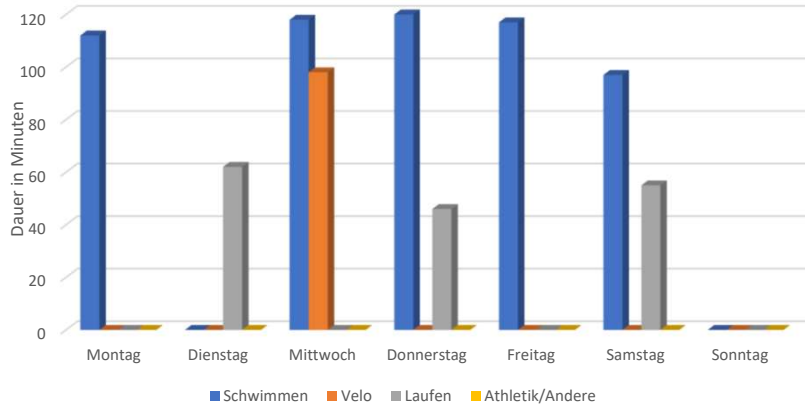
Dauer der Trainingseinheiten in min

	Schwimmen	Velo	Laufen	Athletik/Andere
Montag	112	0	0	0
Dienstag	0	0	62	0
Mittwoch	118	98	0	0
Donnerstag	120	0	46	0
Freitag	117	0	0	0
Samstag	97	0	55	0
Sonntag	0	0	0	0
Total	564	98	163	0

Umfänge der Trainingseinheiten in km

	Schwimmen	Velo	Laufen	
Montag	5.450	0.000	0.000	0.000
Dienstag	0.000	0.000	7.920	0.000
Mittwoch	5.950	38.380	0.000	0.000
Donnerstag	4.800	0.000	8.250	0.000
Freitag	5.500	0.000	0.000	0.000
Samstag	4.500	0.000	9.600	0.000
Sonntag	0.000	0.000	0.000	0.000
Total	26.200	38.380	25.770	90.350

Dauer der Trainingseinheiten: Kalenderwoche 11



Umfänge der Trainingseinheiten: Kalenderwoche 11

