

Schul-Trainingsplan 2024/2025

Sportoberschule Mals Langlauf / Biathlon - A - Zug

		VM NM VM NM				VM NM VM NM				VM NM VM NM				VM NM VM NM				VM NM VM NM				VM NM VM NM				VM NM VM NM				VM NM VM NM				VM NM VM NM			
Aug. 24	Sep. 24	Okt. 24	Nov. 24	Dez. 24	Jan. 25	Feb. 25	Mär. 25	Apr. 25	Mai 25	Jun. 25	Jul. 25	Aug. 25																									
Do 1	So 1	Di 1	Fr 1	So 1	Mi 1	Sa 1	Sa 1	Di 1	Do 1	So 1	Di 1	Fr 1																									
Fr 2	Mo 2	Mi 2	Sa 2	Mo 2	Do 2	So 2	So 2	Mi 2	Fr 2	Mo 2	Mi 2	Sa 2																									
Sa 3	Di 3	Do 3	So 3	Di 3	Fr 3	Mo 3	Mo 3	Do 3	Sa 3	Di 3	Do 3	So 3																									
So 4	Mi 4	Fr 4	Mo 4	Mi 4	Sa 4	Di 4	Di 4	Fr 4	So 4	Mi 4	Fr 4	Mo 4																									
Mo 5	Do 5	Sa 5	Di 5	Do 5	So 5	Mi 5	Mi 5	Sa 5	Mo 5	Do 5	Sa 5	Di 5																									
Di 6	Fr 6	So 6	Mi 6	Fr 6	Mo 6	Do 6	Do 6	So 6	Di 6	Fr 6	So 6	Mi 6																									
Mi 7	Sa 7	Mo 7	Do 7	Sa 7	Di 7	Fr 7	Fr 7	Mo 7	Mi 7	Sa 7	Mo 7	Do 7																									
Do 8	So 8	Di 8	Fr 8	So 8	Mi 8	Sa 8	Sa 8	Di 8	Do 8	So 8	Di 8	Fr 8																									
Fr 9	Mo 9	Mi 9	Sa 9	Mo 9	Do 9	So 9	So 9	Mi 9	Fr 9	Mo 9	Mi 9	Sa 9																									
Sa 10	Di 10	Do 10	So 10	Di 10	Fr 10	Mo 10	Mo 10	Do 10	Sa 10	Di 10	Do 10	So 10																									
So 11	Mi 11	Fr 11	Mo 11	Mi 11	Sa 11	Di 11	Di 11	Fr 11	So 11	Mi 11	Fr 11	Mo 11																									
Mo 12	Do 12	Sa 12	Di 12	Do 12	So 12	Mi 12	Mi 12	Sa 12	Mo 12	Do 12	Sa 12	Di 12																									
Di 13	Fr 13	So 13	Mi 13	Fr 13	Mo 13	Do 13	Do 13	So 13	Di 13	Fr 13	So 13	Mi 13																									
Mi 14	Sa 14	Mo 14	Do 14	Sa 14	Di 14	Fr 14	Fr 14	Mo 14	Mi 14	Sa 14	Mo 14	Do 14																									
Do 15	So 15	Di 15	Fr 15	So 15	Mi 15	Sa 15	Sa 15	Di 15	Do 15	So 15	Di 15	Fr 15																									
Fr 16	Mo 16	Mi 16	Sa 16	Mo 16	Do 16	So 16	So 16	Mi 16	Fr 16	Mo 16	Mi 16	Sa 16																									
Sa 17	Di 17	Do 17	So 17	Di 17	Fr 17	Mo 17	Mo 17	Do 17	Sa 17	Di 17	Do 17	So 17																									
So 18	Mi 18	Fr 18	Mo 18	Mi 18	Sa 18	Di 18	Di 18	Fr 18	So 18	Mi 18	Fr 18	Mo 18																									
Mo 19	Do 19	Sa 19	Di 19	Do 19	So 19	Mi 19	Mi 19	Sa 19	Mo 19	Do 19	Sa 19	Di 19																									
Di 20	Fr 20	So 20	Mi 20	Fr 20	Mo 20	Do 20	Do 20	So 20	Di 20	Fr 20	So 20	Mi 20																									
Mi 21	Sa 21	Mo 21	Do 21	Sa 21	Di 21	Fr 21	Fr 21	Mo 21	Mi 21	Sa 21	Mo 21	Do 21																									
Do 22	So 22	Di 22	Fr 22	So 22	Mi 22	Sa 22	Sa 22	Di 22	Do 22	So 22	Di 22	Fr 22																									
Fr 23	Mo 23	Mi 23	Sa 23	Mo 23	Do 23	So 23	So 23	Mi 23	Fr 23	Mo 23	Mi 23	Sa 23																									
Sa 24	Di 24	Do 24	So 24	Di 24	Fr 24	Mo 24	Mo 24	Do 24	Sa 24	Di 24	Do 24	So 24																									
So 25	Mi 25	Fr 25	Mo 25	Mi 25	Sa 25	Di 25	Di 25	Fr 25	So 25	Mi 25	Fr 25	Mo 25																									
Mo 26	Do 26	Sa 26	Di 26	Do 26	So 26	Mi 26	Mi 26	Sa 26	Mo 26	Do 26	Sa 26	Di 26																									
Di 27	Fr 27	So 27	Mi 27	Fr 27	Mo 27	Do 27	Do 27	So 27	Di 27	Fr 27	So 27	Mi 27																									
Mi 28	Sa 28	Mo 28	Do 28	Sa 28	Di 28	Fr 28	Fr 28	Mo 28	Mi 28	Sa 28	Mo 28	Do 28																									
Do 29	So 29	Di 29	Fr 29	So 29	Mi 29	Do 29	Do 29	So 29	Di 29	Do 29	So 29	Di 29																									
Fr 30	Mo 30	Mi 30	Sa 30	Mo 30	Do 30	So 30	So 30	Mi 30	Fr 30	Mo 30	Mi 30	Sa 30																									
Sa 31	Do 31	Di 31	Fr 31	Di 31	Fr 31	Mo 31	Mo 31	Sa 31	Do 31	So 31	Do 31	So 31																									

Sportoberschule Mals Ski Alpin und Snowboard - B - Zug

		VM NM VM NM				VM NM VM NM				VM NM VM NM				VM NM VM NM				VM NM VM NM				VM NM VM NM				VM NM VM NM				VM NM VM NM																			
Aug. 24		Sep. 24				Okt. 24				Nov. 24				Dez. 24				Jan. 25				Feb. 2				Mär. 25				Apr. 25				Mai 25				Jun. 2				Jul. 25				Aug. 25			
Do	1	So	1			Di	1			Fr	1			So	1			Mi	1			Sa	1			Di	1			Do	1			So	1			Di	1			Fr	1						
Fr	2	Mo	2			Mi	2			Sa	2			Mo	2	Tag der offenen	Do	2			So	2			So	2			Mi	2			Fr	2			Mo	2			Mi	2			Sa	2			
Sa	3	Di	3			Do	3			So	3			Di	3			Fr	3			Mo	3			Mo	3			Do	3			Sa	3			Di	3			Do	3			So	3		
So	4	Mi	4			Fr	4			Mo	4			Mi	4			Sa	4			Di	4			Di	4	Fasching	Fr	4			So	4			Mi	4			Fr	4			Mo	4			
Mo	5	Do	5			Sa	5			Di	5			Do	5			So	5			Mi	5			Mi	5	Aschermittw.	Sa	5			Mo	5			Do	5			Sa	5			Di	5			
Di	6	Fr	6			So	6			Mi	6			Fr	6			Mo	6			Do	6			Do	6			So	6			Di	6			Fr	6			So	6			Mi	6		
Mi	7	Sa	7			Mo	7			Do	7			Sa	7			Di	7	AT		Fr	7			Fr	7			Mo	7			Mi	7			Sa	7			Mo	7			Do	7		
Do	8	So	8			Di	8			Fr	8			So	8			Mi	8	AT		Sa	8			Sa	8			Di	8			Do	8			So	8	Pfingsten		Di	8			Fr	8		
Fr	9	Mo	9			Mi	9			Sa	9			Mo	9			Do	9			So	9			So	9			Mi	9			Fr	9			Mo	9			Mi	9			Sa	9		
Sa	10	Di	10			Do	10			So	10			Di	10			Fr	10			Mo	10			Mo	10			Do	10			Sa	10			Di	10			Do	10			So	10		
So	11	Mi	11			Fr	11			Mo	11			Mi	11			Sa	11			Di	11			Di	11			Fr	11			So	11			Mi	11			Fr	11			Mo	11		
Mo	12	Do	12			Sa	12			Di	12			Do	12			So	12			Mi	12			Mi	12			Sa	12			Mo	12			Do	12			Sa	12			Di	12		
Di	13	Fr	13			So	13			Mi	13			Fr	13			Mo	13			Do	13			Do	13			So	13			Di	13			Fr	13			So	13			Mi	13		
Mi	14	Sa	14			Mo	14			Do	14			Sa	14			Di	14			Fr	14			Fr	14			Mo	14			Mi	14			Sa	14			Mo	14			Do	14		
Do	15	So	15			Di	15			Fr	15			So	15			Mi	15			Sa	15			Sa	15			Di	15			Do	15			So	15			Di	15			Fr	15		
Fr	16	Mo	16			Mi	16			Sa	16			Mo	16			Do	16			So	16			So	16			Mi	16	Elternsprechtag	Fr	16			Mo	16			Mi	16			Sa	16			
Sa	17	Di	17			Do	17			So	17			Di	17			Fr	17			Mo	17			Mo	17			Do	17			Sa	17			Di	17			Do	17			So	17		
So	18	Mi	18			Fr	18			Mo	18			Mi	18			Sa	18			Di	18			Di	18			Fr	18			So	18			Mi	18			Fr	18			Mo	18		
Mo	19	Do	19			Sa	19			Di	19			Do	19			So	19			Mi	19			Mi	19			Sa	19			Mo	19			Do	19			Sa	19			Di	19		
Di	20	Fr	20			So	20			Mi	20			Fr	20			Mo	20			Do	20			Do	20			So	20	Ostern		Di	20			Fr	20			So	20			Mi	20		
Mi	21	Sa	21			Mo	21			Do	21			Sa	21			Di	21			Fr	21			Fr	21			Mo	21			Mi	21			Sa	21			Mo	21			Do	21		
Do	22	So	22			Di	22			Fr	22	Elternsp.		So	22			Mi	22			Sa	22			Sa	22			Di	22			Do	22			So	22			Di	22			Fr	22		
Fr	23	Mo	23			Mi	23			Sa	23			Mo	23			Do	23			So	23			So	23			Mi	23			Fr	23			Mo	23			Mi	23			Sa	23		
Sa	24	Di	24			Do	24			So	24			Di	24			Fr	24			Mo	24			Mo	24			Do	24			Sa	24			Di	24			Do	24			So	24		
So	25	Mi	25			Fr	25			Mo	25			Mi	25			Sa	25			Di	25			Di	25			Fr	25			So	25			Mi	25			Fr	25			Mo	25		
Mo	26	Do	26			Sa	26			Di	26			Do	26			So	26			Mi	26			Mi	26			Sa	26			Mo	26			Do	26			Sa	26			Di	26		
Di	27	Fr	27			So	27			Mi	27			Fr	27			Mo	27			Do	27	Unsinniger		Do	27			So	27			Di	27			Fr	27			So	27			Mi	27		
Mi	28	Sa	28			Mo	28			Do	28			Sa	28			Di	28			Fr	28			Fr	28			Mo	28			Mi	28			Sa	28			Mo	28			Do	28		
Do	29	So	29			Di	29			Fr	29			So	29			Mi	29			Do	29			Sa	29			Di	29			Do	29			So	29	Anreise		Di	29			Fr	29		
Fr	30	Mo	30			Mi	30			Sa	30			Mo	30			Do	30			So	30			So	30			Mi	30			Fr	30			Mo	30			Mi	30			Sa	30		
Sa	31					Do	31							Di	31			Fr	31							Mo	31							Sa	31									Do	31			So	31