

# Trainingsplan Sommer '26 / TC RW Nierstein

	Montag		Dienstag		Mittwoch	Donnerstag		Freitag	
	Platz 5	Platz 4	Platz 5	Platz 4	Platz 5	Platz 5	Platz 4	Platz 5	Platz 4
<b>14 - 15 Uhr</b>	Konstantin	<i>Ballschule:</i>	<i>Ballschule:</i> Lenn Anton Maxime			<i>Ballschule:</i>		Edda Mara Mia, Neyla Ida	Theo Bo
<b>15-16 Uhr</b>	Lias Yvonne	Nele Liliana	Tom Florian Lars Josef		<i>Ballschule:</i> Max Oliver	Mats Lionel Konstantin Paul	Lucia Paula P. Lotta	Pelle Fynn Frederic Tom	<i>Ballschule:</i> Mats Jakob, Lenn Vinni, Bo
<b>16 - 17 Uhr</b>	Lia Henny Nina Helene	Jana Marie Mara Hannah G	Moritz Oscar	Louis Jonathan Elias	Lenn, Moritz Leonardo Helena S. Valentin S.	Jana Janne	Mio Jonas Leni, Johan Luca	Oscar Moritz Gustav	Sarah Mara Philipp Constantin
<b>17 - 18 Uhr</b>	Helene Nina Madelaine Lara	Lennart Jan Konstantin Lucas H.	Fynn Frederic Pelle Niklas	Martha Philipp A. Felix G. Nola	Leonie L. Eleonora Helena M. Paula R.	Marie Laura Henri Mathieu	Emil Anton Joshua Lias	Leontine	Valentin J. Marlene Mikus David
<b>18 - 19 Uhr</b>	Katrin Christine Claudia Sarah	Barbara Kristina Antje Gritt	Marie Laura Lisa, Anne Hannah M.	Emma Luise Rosina Marieke	Max Finn Christian V. Marten	Herren 30	Maximilian	Max Finn Henry Christian	Tristan Amelie Leonie
<b>19 - 20 Uhr</b>	Malte Christian F. Mathieu Henri	Katja Tine/Anna Florence Ulrike	Herren 40	Judit	Lena Julia Madeleine	Herren 30	Damen		
<b>20 - 21 Uhr</b>			Nico Luca Nicolai Hannes			Holger			