

		<b>Cruisers Trainer 1</b>	<b>Advanced Trainer 2</b>	<b>Racers Trainer 3</b>
<b>Donnerstag, 11.04.2019</b>	Vormittag	Anreise		
	Nachmittag	Anreise/ Welcome SUPing		
<b>Freitag, 12.04.2019</b>	09:45	Treffpunkt am Strand/ Gruppeneinteilung		
	10:00	Warm up am Strand		
	10:15	Einpaddeln		
	10:30	Videoaufnahmen alle Paddler		
	10:45	Trainingseinheit 1	Trainingseinheit 1	Trainingseinheit 1
	12:00	Mittagspause		
	14:15	Treffpunkt am Strand		
	14:30	Warm up am Strand		
	14:45	Trainingseinheit 2	Trainingseinheit 2	Trainingseinheit 2
Nachmittag/Abend	Videoanalyse			
<b>Samstag, 13.04.2019</b>	09:45	Treffpunkt am Strand		
	10:00	Warm up am Strand		
	10:15	Trainingseinheit 3	Trainingseinheit 3	Trainingseinheit 3
	12:00	Mittagspause		
	14:15	Treffpunkt am Strand		
	14:30	Stabilisation/Mobilisierung/Kraft		
	15:30	gemütliches Auspaddeln		
Abend				
<b>Sonntag, 14.04.2019</b>	09:45	Treffpunkt am Strand		
	10:00	Warm up am Strand		
	10:15	Trainingseinheit 4	Trainingseinheit 4	Trainingseinheit 4
	12:00	Videoaufnahmen alle Paddler		
	12:30	Mittagspause		
	14:15	Treffpunkt am Strand		
	14:30	Warm up am Strand		
	14:45	Einpaddeln		
	15:00	Abschlussrennen		
	16:00	Siegerehrung und Abschiedsfotos		
Abend	Videoanalyse und Abschiedspaaarrtyyy			