

Aufzeichnung des Trainingsumfangs _____

Wo	Datum	Tag	Stiltraining		Treffer- bildtrng	Leistungskontrolle		Wettkampf		Pfeile insgesamt	AT min.	KT min.	MT min.
			5m	Wk.Entf.		m / Ergebnis	Pfeile	m / Ergebnis	Pfeile				
1		Mo											
		Di											
		Mi											
		Do											
		Fr											
		Sa											
		So											

2		Mo											
		Di											
		Mi											
		Do											
		Fr											
		Sa											
		So											

3		Mo											
		Di											
		Mi											
		Do											
		Fr											
		Sa											
		So											

4		Mo											
		Di											
		Mi											
		Do											
		Fr											
		Sa											
		So											

5		Mo											
		Di											
		Mi											
		Do											
		Fr											
		Sa											
		So											

--	--	--	--

--

--	--	--	--