

420er - Trainingplan 2025

Januar			Februar			März			April			Mai			Juni				
1	Mi	Neujahr	1	Sa		1	Sa		1	Di		1	Do	Tag d. Arbeit	1	So	Wassertraining 10-14 Uhr	Pokal SVR	
2	Do		2	So		2	So	Theorettraining 10-13 Uhr	2	Mi		2	Fr		2	Mo			
3	Fr		3	Mo		3	Mo		3	Do		3	Sa		Wannsee-Pokal PYC	3	Di		
4	Sa		4	Di		4	Di		4	Fr		4	So	Wassertraining 10-14 Uhr		4	Mi		
5	So		5	Mi		5	Mi		5	Sa	Arbeitsdienst VFSW 9 Uhr	Frühjahrs-Cup YCBG	5	Mo		5	Do		
6	Mo		6	Do		6	Do		6	So	Wassertraining 10-14 Uhr		6	Di		6	Fr		
7	Di		7	Fr		7	Fr		7	Mo			7	Mi		7	Sa		
8	Mi		8	Sa		8	Sa	Internat. Frauentag	8	Di			8	Do		8	So	Pfingstsonntag	Wassertraining 10-14 Uhr
9	Do		9	So	Theorettraining 10-13 Uhr	9	So	Theorettraining 10-13 Uhr	9	Mi			9	Fr		9	Mo	Pfingstmontag	
10	Fr		10	Mo		10	Mo		10	Do			10	Sa	Vereinswettfahrt VFSW 15 Uhr	10	Di		
11	Sa	Elternabend 14-16 Uhr	11	Di		11	Di		11	Fr			11	So	Wassertraining 10-14 Uhr	11	Mi		
12	So	Theorettraining 10-13 Uhr	12	Mi		12	Mi		12	Sa	Ansegeln VFSW 10 Uhr		12	Mo		12	Do		
13	Mo		13	Do		13	Do		13	So	Wassertraining 10-14 Uhr		13	Di		13	Fr		
14	Di		14	Fr		14	Fr		14	Mo			14	Mi		14	Sa	Vereinswettfahrt VFSW 15 Uhr	
15	Mi		15	Sa		15	Sa		15	Di			15	Do		15	So	Wassertraining 10-14 Uhr	
16	Do		16	So	Schlitsschuhlaufen	16	So	Theorettraining 10-13 Uhr	16	Mi			16	Fr		16	Mo		
17	Fr		17	Mo		17	Mo		17	Do			17	Sa		17	Di		
18	Sa		18	Di		18	Di		18	Fr	Karfreitag		18	So	Wassertraining 10-14 Uhr	18	Mi		
19	So	Theorettraining 10-13 Uhr	19	Mi		19	Mi		19	Sa			19	Mo		19	Do		
20	Mo		20	Do		20	Do		20	So	Ostern		20	Di		20	Fr		
21	Di		21	Fr		21	Fr		21	Mo	Ostermontag		21	Mi		21	Sa		
22	Mi		22	Sa		22	Sa		22	Di			22	Do		22	So	Wassertraining 10-14 Uhr	
23	Do		23	So	Theorettraining 10-13 Uhr	23	So	Theorettraining 10-13 Uhr	23	Mi			23	Fr		23	Mo		
24	Fr		24	Mo		24	Mo		24	Do			24	Sa		24	Di		
25	Sa		25	Di		25	Di		25	Fr			25	So	Wassertraining 10-14 Uhr	25	Mi		
26	So	Theorettraining 10-13 Uhr	26	Mi		26	Mi		26	Sa			26	Mo		26	Do		
27	Mo		27	Do		27	Do		27	So	Schnuppersegeln 13-17 Uhr		27	Di		27	Fr		
28	Di		28	Fr		28	Fr		28	Mo			28	Mi		28	Sa		
29	Mi					29	Sa		29	Di			29	Do	Christi Himmelfahrt	29	So	Wassertraining 10-14 Uhr	
30	Do					30	So	Beginn der Sommerzeit	Aufbauen 10-14 Uhr	30	Mi			30	Fr		30	Mo	
31	Fr					31	Mo					31	Sa	Rahnsdorfer Jollen					

Schulferien in Berlin

Vereinstermine

Regatta

Wassertraining

Theorettraining

Jugendarbeitsdienst

Angaben ohne Gewähr

420er - Trainingplan 2025

Juli			August			September			Oktober			November			Dezember		
1	Di		1	Fr		1	Mo		1	Mi		1	Sa		1	Mo	
2	Mi		2	Sa		2	Di		2	Do		2	So	Wassertraining 10-14 Uhr	2	Di	
3	Do		3	So	Wassertraining 10-14 Uhr	3	Mi		3	Fr	Tag der deutschen Einheit	3	Mo		3	Mi	
4	Fr		4	Mo		4	Do		4	Sa		4	Di		4	Do	
5	Sa	Vereinswettbewerb VFSW 15 Uhr	5	Di		5	Fr		5	So	Wassertraining 10-14 Uhr	5	Mi		5	Fr	
6	So	Wassertraining 10-14 Uhr	6	Mi		6	Sa		6	Mo		6	Do		6	Sa	Weihnachtsfeier VFSW 16 Uhr
7	Mo		7	Do		7	So	Wassertraining 10-14 Uhr	7	Di		7	Fr		7	So	Theorettraining 10-13 Uhr
8	Di		8	Fr		8	Mo		8	Mi		8	Sa		8	Mo	
9	Mi		9	Sa		9	Di		9	Do		9	So		9	Di	
10	Do		10	So	Wassertraining 10-14 Uhr	10	Mi		10	Fr		10	Mo		10	Mi	
11	Fr		11	Mo		11	Do		11	Sa	Absegn VFSW 11 Uhr	11	Di		11	Do	
12	Sa		12	Di		12	Fr		12	So	Wassertraining 10-14 Uhr	12	Mi		12	Fr	
13	So	Wassertraining 10-14 Uhr	13	Mi		13	Sa	Vereinswettbewerb VFSW 15 Uhr	13	Mo	Joachim-Hunger-Preis PYC	13	Do		13	Sa	
14	Mo		14	Do		14	So	Wassertraining 10-14 Uhr	14	Di		14	Fr		14	So	Jugendweihnachtsfeier 13 Uhr
15	Di		15	Fr		15	Mo		15	Mi		15	Sa		15	Mo	
16	Mi		16	Sa		16	Di		16	Do		16	So	Abbauen 10-14 Uhr	16	Di	
17	Do		17	So	Wassertraining 10-14 Uhr	17	Mi		17	Fr		17	Mo		17	Mi	
18	Fr		18	Mo		18	Do		18	Sa	Arbeitsdienst VFSW 9 Uhr	18	Di		18	Do	
19	Sa	Sommerfest VFSW 15 Uhr	19	Di		19	Fr		19	So	Wassertraining 10-14 Uhr	19	Mi		19	Fr	
20	So	Wassertraining 10-14 Uhr	20	Mi		20	Sa		20	Mo	Seglerhaus-Preis VSaW	20	Do		20	Sa	
21	Mo		21	Do		21	So	Wassertraining 10-14 Uhr	21	Di		21	Fr		21	So	
22	Di		22	Fr		22	Mo		22	Mi		22	Sa		22	Mo	
23	Mi		23	Sa		23	Di		23	Do		23	So	Theorettraining 10-13 Uhr	23	Di	
24	Do		24	So	Wassertraining 10-14 Uhr	24	Mi		24	Fr		24	Mo		24	Mi	Heiligabend
25	Fr		25	Mo		25	Do		25	Sa		25	Di		25	Do	1. Weihnachtstag
26	Sa		26	Di		26	Fr		26	So	Beginn der Winterzeit	26	Mi	Wassertraining 10-14 Uhr	26	Fr	2. Weihnachtstag
27	So	Wassertraining 10-14 Uhr	27	Mi		27	Sa		27	Mo	Spandauer Eis-Cup SpYC	27	Do		27	Sa	
28	Mo		28	Do		28	So	Wassertraining 10-14 Uhr	28	Di		28	Fr		28	So	
29	Di		29	Fr		29	Mo		29	Mi		29	Sa		29	Mo	
30	Mi		30	Sa		30	Di		30	Do		30	So	Theorettraining 10-13 Uhr	30	Di	
31	Do		31	So	Wassertraining 10-14 Uhr				31	Fr	Reformationstag				31	Mi	Silvester

Schulferien in Berlin

Vereinstermine

Regatta

Wassertraining

Theorettraining

Jugendarbeitsdienst

Angaben ohne Gewähr