

Rennrad

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
07:00-08:00		Morgenroutine	Morgenroutine	Morgenroutine	Morgenroutine	
		Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	
08:00-09:00						
09:00-10:00		Seminar	Seminar	Seminar	Seminar	
10:00-11:00						
11:00-12:00	Kennenlernen	Aktivität inkl. Weg- & Pausenzeiten	Aktivität inkl. Weg- & Pausenzeiten	Aktivität inkl. Weg- & Pausenzeiten	Seminar inkl. Pausen	
	Begrüßung					
12:00-13:00						
	Mittagspause					Mittagspause
13:00-14:00						
14:00-15:00	Seminar inkl. Pausen				Feedback & Abschied	
15:00-16:00						
16:00-17:00		Seminar	Seminar	Seminar		
17:00-18:00						
18:00-19:00	Entspannungsübung	Entspannungsübung	Entspannungsübung	Entspannungsübung		
19:00-21:00	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen		

!Hinweis zum Stundenplan!

Dieser Stundenplan gibt Dir eine Orientierung über den Ablauf des Kurses. Kleinere Änderungen (z. B. bei Uhrzeiten) sind möglich, da wir flexibel auf die Gruppe und den Verlauf eingehen. Inhaltlich und strukturell halten wir uns jedoch stets an den behördlich anerkannten Ablaufplan mit klarem Fokus auf der theoretischen Wissensvermittlung – gemäß Bildungszeitgesetz.

Kursende 15:00 Uhr