

Rennrad

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
07:00-08:00		Morgenroutine	Morgenroutine	Morgenroutine	Morgenroutine	
		Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	
08:00-09:00		Seminar inkl. Pausen	Seminar inkl. Pausen	Seminar inkl. Pausen	Seminar	
09:00-10:00						
10:00-11:00					Seminar inkl. Pausen	
11:00-12:00						Kennenlernen
	Begrüßung					
12:00-13:00	Mittagspause	Aktivität inkl. Weg- & Pausenzeiten	Aktivität inkl. Weg- & Pausenzeiten	Aktivität inkl. Weg- & Pausenzeiten	Seminar inkl. Pausen	
13:00-14:00	Seminar inkl. Pausen					Pause
						Feedback & Abschied
14:00-15:00						
15:00-16:00						
16:00-17:00						
17:00-18:00						
18:00-19:00	Entspannungsübung	Entspannungsübung	Entspannungsübung	Entspannungsübung		
	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen		
19:00-20:00						
20:00-21:00						

!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 14:30 Uhr