

Trainingseinheitenzettel

für die 1. Gruppe / Anfänger

Vorname:

Nachname:

akt. Kup-Graduierung:



Informationen:

Eine Trainingseinheit (TE) = 45 min

Ein Kästchen = 60 min

Angaben in absolvierten Trainings

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30
31	32	33	34	35
36	37	38	39	40
41	42	43	44	45
46	47	48	49	50

Zu erreichende TE sind Graduierungsabhängig (siehe Beiblatt)

Es wird eine Toleranz von 3 Trainings bei der Vorprüfung zugelassen

Stand Dezember 2023

Graduierung	TE	Zeit
10. Kup	-	-
9. Kup	48	36 Trainings
8. Kup	48	36 Trainings
7. Kup	48	36 Trainings
6. Kup	48	Ca. ab hier in 2. Gruppe
5. Kup	48	-
4. Kup	64	-
3. Kup	64	-
2. Kup	64	-
1. Kup	96	-

1 TE = 45 min

Ein Training = 60 min = $1\frac{1}{3}$ TE = ein Kästchen

Für ein Training a 60 min gibt es 1 Unterschrift / Stempel. 3 Trainings entsprechen dann 4 Trainingseinheiten.