

Trainingsplan Scoring 1 (Switch)

2 Spieler 30 Min
1 Spieler 20 Min

Spieler: _____

Bitte zuerst Einwerfen, so dass sich der Arm gut anfühlt. A=Aufnahme

Single: 1 Punkt

Triple: 5 Punkte

10 Aufnahmen auf die T20

	1	2	3	4	5	Summe
1						
2						
						Gesamt

10 Aufnahmen auf die T19

	1	2	3	4	5	Summe
1						
2						
						Gesamt

10 Aufnahmen auf die T18

	1	2	3	4	5	Summe
1						
2						
						Gesamt

10 Aufnahmen Switch (T20-T19-T18)

	1	2	3	4	5	Summe
1						
2						
						Gesamt

20 Aufnahmen Scoring

	1	2	3	4	5	Summe
1						
2						
						Gesamt

Gesamtpunktzahl: _____