



EF Stufe EF (Hel/Hrk)

13.5. - 19.5. (A)

	Mo	Di	Mi	Do	Fr
1	GK4. PH M G4 BET A4.3 D G1 PON A3.1 D G2 HAG A3.2 D G3 SOM A3.3	GK6. PH NL0 G1 Goe S0 G1 BIRK A3.1 S0 G3 CAE A2.16 F6 G1 JOR A3.2 BI G1 HEY A3.8	GK2. PH E5 G3 BIRK A3.4 M G2 PET A2.14 D G4 SOM A3.3 SP EF GLA Th 2	GK10. PH BI G3 STO A3.6 CH G1 NEL A4.9 EK G2 HEL A3.10 PH G1 PET A2.6	GK6. PH NL0 G1 Goe S0 G1 BIRK A2.16 S0 G3 CAE A3.1 F6 G1 JOR A3.2 BI G1 HEY A3.8
	2				
3	GK2. PH E5 G3 BIRK A3.1 M G2 PET A2.14 D G4 SOM A3.3 SP EF GLA Th 1	GK1. PH M G1 HRK A2.4 E5 G2 SDT A1.5 SP EF GHEL Th 1 SP EF GSCHU Th 2	GK7. PH EK G1 HEL A3.10 GE G1 OLB A3.1 GE G2 GRA A3.14 SW G1 FI A3.2	GK12. PH BI G2 H-W A3.17 CH G2 NEL A4.9 IF G1 HOR A4.2 SW G3 MITZ A3.1	GK11. PH EK G3 UNG A3.10 IF G2 OST A4.2 L6 G2 PTS A3.1 S0 G2 RI A2.16
	4				
5	GK11. PH EK G3 UNG A3.1 IF G2 OST A4.2 L6 G2 PTS A2.14 S0 G2 RI A2.16	GK5. PH ER G1 PTS A2.14 KR G1 FIE A3.1 KR G2 GRA A3.14 PL G1 SDF A3.2	GK4. PH M G4 BET A4.3 D G1 PON A3.1 D G2 HAG A3.2 D G3 SOM A3.3	GK1. PH M G1 HRK A2.4 E5 G2 SDT A1.5 SP EF GHEL Th 1 SP EF GSCHU Th 2	GK8. PH KU G1 SOU N1.2 KU G2 KEL N1.3 KU G3 AMI N1.4 MU G1 HOR A0.7
	6				
7	GK7. EK G1 HEL A3.1 GE G1 OLB A2.16 GE G2 GRA A3.14 SW G1 FI A3.2	GK13. PH VK E G1 HNZ A1.5 VK M G1 PET A2.4	GK9. PH BI G4 OST A3.8 GE G3 SDF A3.14 L6 G1 PTS A2.14 SW G2 FI A3.1	GK3. E5 G1 SOM A3.3 SP EF GCARL Th 2 M G3 HRK A2.4 E5 G4 HNZ A1.5	
	8				
9					
10					
11					



EF Stufe EF (Hel/Hrk)

20.5. - 26.5. (B)

	Mo	Di	Mi	Do	Fr
1	GK10. PH BI G3 STO A3.6 CH G1 NEL A4.9 EK G2 HEL A3.10 PH G1 PET A2.6	GK6. S0 G3 CAE A3.1 S0 G1 BIRK A2.16 NL0 G1 Goe	GK2. PH E5 G3 BIRK A3.4 M G2 PET A2.14 D G4 SOM A3.3 SP EF GLA Th 2	GK12. PH BI G2 H-W A3.17 CH G2 NEL A4.9 IF G1 HOR A4.2 SW G3 MITZ A3.2	GK6. NL0 G1 Goe S0 G1 BIRK A3.1 S0 G3 CAE A2.16 F6 G1 JOR A3.2 BI G1 HEY A3.8
	2				
3	GK5. PH ER G1 PTS A3.1 KR G1 FIE A3.2 KR G2 GRA A3.14 PL G1 SDF A3.4	GK3. PH E5 G1 SOM A3.3 SP EF GCARL Th 2 M G3 HRK A2.4 E5 G4 HNZ A1.5	GK7. PH EK G1 HEL A3.10 GE G1 OLB A3.1 GE G2 GRA A3.14 SW G1 FI A3.4	GK9. PH BI G4 OST A3.8 GE G3 SDF A3.4 L6 G1 PTS A2.14 SW G2 FI A3.3	GK11. PH EK G3 UNG A3.10 IF G2 OST A4.2 L6 G2 PTS A3.1 S0 G2 RI A3.2
	4				
5	GK4. PH M G4 BET A4.3 D G1 PON A3.1 D G2 HAG A3.2 D G3 SOM A3.3	GK12. PH BI G2 H-W A3.17 CH G2 NEL A4.9 IF G1 HOR A4.2 SW G3 MITZ A3.2	GK5. PH ER G1 PTS A3.1 KR G1 FIE A3.2 KR G2 GRA A3.14 PL G1 SDF A3.4	GK8. PH KU G1 SOU N1.2 KU G2 KEL N1.3 KU G3 AMI N1.4 MU G1 HOR A0.7	GK9. PH BI G4 OST A3.8 GE G3 SDF A3.4 L6 G1 PTS A2.14 SW G2 FI A3.3
	6				
7	GK8. PH KU G1 SOU N1.2 KU G2 KEL N1.3 KU G3 AMI N1.4 MU G1 HOR A0.7	GK13. PH VK E G1 HNZ A1.5 VK M G1 PET A2.4 S0 G2 RI A3.1	GK1. PH M G1 HRK A2.4 E5 G2 SDT A1.5 SP EF GHIL Th 1 SP EF GSCHU Th 2	GK3. PH E5 G1 SOM A3.3 SP EF GCARL Th 2 M G3 HRK A2.4 E5 G4 HNZ A1.5	GK10. PH BI G3 STO A3.6 CH G1 NEL A4.9 EK G2 HEL A3.10 PH G1 PET A2.6
	8				
9					
10					
11					



Q1 Stufe Q1 (Ew/Gro)

13.5. - 19.5. (A)

	Mo	Di	Mi	Do	Fr
1	GK5. PH S0 G1 CAE A2.16 NL0 G1 Goe1 PH	LK1. PH CH L1 EW A4.4 D L1 BLU A3.3 E5 L1 WEB A1.5 EK L1 RI A3.10 GE L1 SDF A3.14 M L1 LAU A2.7	GK4. GRO A3.8 BI G1 GRO A3.8 CH G1 EW A4.4 GE G1 SCHU A3.1 SW G1 MITZ A3.2	GK2. SOU N1.2 LI G1 SOM A1.13 MU G1 HOR A0.7 SP G2 SCHU Th 2	LK1. EW A4.4 CH L1 BLU A3.3 E5 L1 WEB A1.5 EK L1 RI A3.10 GE L1 SDF A3.4 M L1 LAU A2.4
3	LK2. OST A3.8 BI L1 OST A3.8 D L2 HAG A3.2 E5 L2 HNZ A1.5 EK L2 HEL A3.10 M L2 BOCK A2.4	GK1. GRA A3.14 KR G1 GRA A3.14 PL G1 OLB A3.2 ER G1 H-W A3.1 SW G2 FI A3.4	GK6. SOU A3.3 D G2 SOU A3.3 LI G2 HAG A1.13 M G3 AX A2.4 PH G2 WI A2.6	LK2. OST A3.8 BI L1 OST A3.8 D L2 HAG A3.3 E5 L2 HNZ A1.5 EK L2 HEL A3.10 M L2 BOCK A2.4	GK3. STÜ A3.3 D G3 STÜ A3.3 GE G2 SDF A3.4 KR G2 GRA A3.14 M G1 LAU A2.4
5	GK7. STO A3.8 BI G2 STO A3.8 E5 G1 PRU A1.5 EK G1 HEL A3.10 SP G1 GRO Th 2	GK6. SOU A3.3 D G2 SOU A3.3 LI G2 HAG A1.13 M G3 AX A2.4 PH G2 WI A2.6	GK8. AMI A1.5 E5 G3 AMI A1.5 M G2 LAU A2.7 PH G1 NEL A4.9 S0 G2 CAE A3.10 SW G3 FI A3.4	GK1. GRA A3.14 KR G1 GRA A3.14 PL G1 OLB A3.3 ER G1 H-W A3.1 SW G2 FI A3.4	GK8. CAE A3.1 S0 G2 CAE A3.1
7	LK1. PH D L1 BLU A3.8 E5 L1 WEB A1.5 EK L1 RI A3.10 GE L1 SDF A3.3 M L1 LAU A2.7	GK2. SOU N1.2 KU G2 SOU N1.2 LI G1 SOM A1.13 MU G1 HOR A0.7 SP G2 SCHU Th 2	GK9. SOU N1.2 KU G1 SOU N1.2 SP G4 GRO Th 1 SP G3 CARL Th 2	GK5. PH D G1 GRÜ A3.10 E5 G2 SDT A3.1 F6 G1 JOR A3.2	
8	LK1. PH D L1 BLU A3.8 E5 L1 WEB A1.5 EK L1 RI A3.10 GE L1 SDF A3.3 M L1 LAU A2.7	GK2. SOU N1.2 KU G2 SOU N1.2 LI G1 SOM A1.13 MU G1 HOR A0.7 SP G2 SCHU Th 2	GK9. SOU N1.2 KU G1 SOU N1.2 SP G4 GRO Th 1 SP G3 CARL Th 2	GK5. PH D G1 GRÜ A3.10 E5 G2 SDT A3.1 F6 G1 JOR A3.2 GK5 PH S0 G1 CAE	
9	CH L1 EW A4.4			GK5. PH S0 G1 CAE NL0 G1 Goe1 PH	
10					
11					



Q1 Stufe Q1 (Ew/Gro)

20.5. - 26.5. (B)

	Mo	Di	Mi	Do	Fr
1	GK5. D G1 GRÜ A3.3 E5 G2 SDT A1.5 F6 G1 JOR A3.2 NL0 G1 Goe1 PH S0 G1 CAE A3.1	LK1. CH L1 EW A4.4 D L1 BLU A3.3 E5 L1 WEB A1.5 EK L1 RI A3.10 GE L1 SDF A3.4 M L1 LAU A2.6	LK2. BI L1 OST A3.8 D L2 HAG A3.2 E5 L2 HNZ A3.1 EK L2 HEL A3.10 M L2 BOCK A2.4	LK2. BI L1 OST A3.8 D L2 HAG E5 L2 HNZ EK L2 HEL A3.10 M L2 BOCK A2.4	LK1. CH L1 EW A4.4 D L1 BLU A3.3 E5 L1 WEB A1.5 EK L1 RI A3.10 GE L1 SDF A3.4 M L1 LAU A2.4
	2				
3	GK8. E5 G3 AMI A1.5 M G2 LAU A2.4 PH G1 NEL A2.6 S0 G2 CAE A3.3 SW G3 FI	GK1. KR G1 GRA A3.14 PL G1 OLB A3.1 ER G1 H-W A3.2 SW G2 FI A3.4	GK6. D G2 SOU N1.2 LI G2 HAG A1.13 M G3 AX A2.4 PH G2 WI A2.6	GK4. BI G1 GRO A3.6 CH G1 EW A4.4 GE G1 SCHU A3.10 SW G1 MITZ A3.1	GK3. D G3 STÜ A3.3 GE G2 SDF A3.4 KR G2 GRA A3.14 M G1 LAU A2.4
	4				
5	GK4. BI G1 GRO A3.17 CH G1 EW A4.4 GE G1 SCHU A3.4 SW G1 MITZ A3.10	LK2. BI L1 OST A3.8 D L2 HAG A3.3 E5 L2 HNZ A1.5 EK L2 HEL A3.10 M L2 BOCK A2.4	GK8. E5 G3 AMI M G2 LAU A2.4 PH G1 NEL A2.6 S0 G2 CAE SW G3 FI	GK7. BI G2 STO A3.8 E5 G1 PRU A1.5 EK G1 HEL A3.10 SP G1 GRO Th 2	GK2. KU G2 SOU N1.2 LI G1 SOM A1.13 MU G1 HOR A0.7 SP G2 SCHU Th 2
	6				
7	GK7. BI G2 STO A3.8 E5 G1 PRU A1.5 EK G1 HEL A3.10 SP G1 GRO Th 2	GK9. KU G1 SOU N1.2 SP G3 CARL Th 2 SP G4 GRO Th 1	GK3. D G3 STÜ GE G2 SDF KR G2 GRA M G1 LAU	GK5. D G1 GRÜ A3.10 E5 G2 SDT A3.1 F6 G1 JOR A3.2	GK9. KU G1 SOU N1.2 SP G4 GRO Th 1 SP G3 CARL Th 2
	8			GK5. D G1 GRÜ A3.10 E5 G2 SDT A3.1 F6 G1 JOR A3.2 GK5 PH S0 G1 CAE	
9				GK5. S0 G1 CAE PH NL0 G1 Goe1 PH	
10					
11					