

CYCLINGPLAN FEBRUAR 2026

TAG	DATUM	ZEIT	THEMA	PULS
Sonntag	01.02.	10:00 - 10:55	Low End	65-75%
Montag	02.02.	12:10 - 13:05	Fartlek	65-85%
Dienstag	03.02.	18:00 - 18:55	Hill	75-85%
Mittwoch	04.02.	12:10 - 13:05	High End	75-85%
Donnerstag	05.02.	18:00 - 18:55	Intervall	65-85%
Samstag	07.02.	10:00 - 11:25	Surprise	65-92%
Sonntag	08.02.	10:00 - 10:55	Intervall	65-85%
Montag	09.02.	12:10 - 13:05	Low End	65-75%
Dienstag	10.02.	18:00 - 18:55	High End	75-85%
Mittwoch	11.02.	12:10 - 13:05	Hill	75-85%
Donnerstag	12.02.	18:00 - 18:55	Fartlek	65-85%
Samstag	14.02.	10:00 - 11:25	Hill	75-85%
Sonntag	15.02.	10:00 - 10:55	Fartlek	65-85%
Montag	16.02.	12:10 - 13:05	High End	75-85%
Dienstag	17.02.	18:00 - 18:55	Intervall	65-85%
Mittwoch	18.02.	12:10 - 13:05	Low End	65-75%
Donnerstag	19.02.	18:00 - 18:55	Hill	75-85%
Samstag	21.02.	10:00 - 11:25	Fartlek	65-85%
Sonntag	22.02.	10:00 - 10:55	Hill	75-85%
Montag	23.02.	12:10 - 13:05	Intervall	65-85%
Dienstag	24.02.	18:00 - 18:55	Fartlek	65-85%
Mittwoch	25.02.	12:10 - 13:05	Hill	75-85%
Donnerstag	26.02.	18:00 - 18:55	High End	75-85%
Samstag	28.02.	10:00 - 11:25	Intervall	65-85%