

U23 2020 Menu 2

12/30	12/31	01/01	01/02	01/03	01/04	01/05
15km B1	15km B1	off	15km B1	15km B1	20km B1	20km B2
C1	C1		C1	C1		

01/06	01/07	01/08	01/09	01/10	01/11	01/12
off	15km B1	20km B2 (2x25'ergo)		20km B1	20km B2	20km B1
	C1		15km B1 setting	8km + C1	8km + C1	

01/13	01/14	01/15	01/16	01/17	01/18	01/19
20km B2 (2x25'ergo)	20km B1	20km B2	20km B1	15km B3 (3x2k)	12km + C1	20km B2
8km + C1		8km + C1	8km + C1			

01/20	01/21	01/22	01/23	01/24	01/25	01/26
off	12km + C1	12km + C1	15km B2 (2x20')	off	C2 x2	20km B1
	C1 max test	C1 max test			15km B1	

01/27	01/28	01/29	01/30	01/31	02/01	02/02
off	15km B1	C2 x3	off	15km B1	C2 x3	20km B2

02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08	02/09
off	C2 x3	20km B2 (2x25'ergo)	trip	15km B1 settings	20km B1	20km B2
	15km B1			B1 free	15km B1	

02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16
C2 x3	20km B1	20km B2 (2x30'ergo)	20km B1	C2 x3	15km B3 (3x2k)	trip
15km B1		B1 free		15km B1	B1 free	

02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23
B1 free	B4 ergo 15km	15km B1	15km B6 (6x10str)	B5 ergo 2x500	15km B1	12km B5 1x500

02/24	02/25	02/26	02/27	02/28	02/29	03/01
2k ergo test	15km B1	off	20km B1	20km B1	20km B1	20km B2
					12km B6	

03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08
off	20km B1	20km B2 (2x25')	20km B1	15km B6	15km B2 (2x20')	15km B4 (24-28-32)
		B1 free		12km B1	free	

03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15
	12km B6 (6x10)	12km B5 1x500m	2k select	20km B1	20km B1	20km B2
15km B1			2k select		free	

03/16	03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22
15km B1	15km B3 (3x2k)	15km B5 2x500	12km B6 (6x10)	12km B5 1x500m		
12km B6 (6x10)					JPN Small Boats	