

## Trainingsplan Saison 2017/18 - Stand: August 2017

Trainingsplan Saison 2017/18 - Stand: August 2017																				
Zeit / Tag	Montag				Dienstag				Mittwoch				Donnerstag				Freitag			
Jugend	vordere Hälfte		hintere Hälfte		vordere Hälfte		hintere Hälfte		vordere Hälfte		hintere Hälfte		vordere Hälfte		hintere Hälfte		vordere Hälfte		hintere Hälfte	
16.00 - 16.30					Bam2												Bam2			Bam3
16.30 - 17.00					Bam2		F1			E4				F1	F3		Bam2	E3	E1 E4	Bam3
17.00 - 17.30		D1	Bam3	F3	F2	Bam1	F1	E1	E2	E4		E3	Bam1	F1	F3		F2	E3	E1 E4	E2
17.30 - 18.00		D1	Bam3	F3	F2	Bam1	F1	E1	E2	E4		E3	Bam1	F1	F3	C1	F2	E3	E1 E4	E2
18.00 - 18.30	C1	D1	MU15	F3	F2	C2	A1	E1	E2	D1	B1	E3	MU15	C2		C1	F2	A1	B1	E2
18.30 - 19.00	C1		MU15			C2	A1			D1	B1		MU15	C2		C1		A1	B1	
19.00 - 19.30	C1		MU15			C2	A1			D1	B1		MU15		C2			A1	B1	
19.30 - 20.00		AH1	AH2			1M	2M			4M	3M			1M	2M			4M	3M	
20.00 - 20.30		AH1	AH2			1M	2M			4M	3M			1M	2M			4M	3M	
20.30 - 21.00		AH1	AH2			1M	2M			4M	3M			1M	2M			4M	3M	
21.00 - 21.30																				
Trainingsplan Saison 2017/18 - Stand: August 2017																				
Zeit / Tag	Montag				Dienstag				Mittwoch				Donnerstag				Freitag			
Senioren	vordere Hälfte		hintere Hälfte		vordere Hälfte		hintere Hälfte		vordere Hälfte		hintere Hälfte		vordere Hälfte		hintere Hälfte		vordere Hälfte		hintere Hälfte	

Jugend	vordere Platzhälfte	Senioren			Jugend	hintere Platzhälfte	Senioren
--------	---------------------	----------	--	--	--------	---------------------	----------

**Trainer:** **A** - Arnd P., André, Arndt B. / **B** - Davide, Marcel / **C1** - Marco E., Patrick D. / **C2** - Franco, Thomas K. / **D** - Michele, Ralf, Markus, Patrick H. / **E1** - Christian / **E2** - Dierk, Patrick B. / **E3** - Erik, Marco G. / **E4** - Adrian, Ali / **F1** - Timo, Martin W. / **F2** - Thomas W., Fabian / **F3** - Lars, Torben / **Bambini 1** - Tobias / **Bambini 2** - Thomas W. / **Bambini 3** - Sven, Kevin, Mohammed / **Mädchen U15** - Thomas B., Carsten