

Trainingsplan Frühling 2020

Zeit	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG	Zeit
09:00								09:00
10:00						Elternttraining 9.00-10.15		10:00
10:30						U9m/w Gr. 2 (Jg. 2011, 2012, 2013) 10.30-11.45 Björn, Jan, Stella		10:30
11:00								11:00
11:30								11:30
12:00								12:00
12:30								12:30
13:00						Damen 12.00-14.00		13:00
13:30								13:30
14:00						TW - Jugend 14.00-15.00 Hans, Flo und DA + HA		14:00
14:30								14:30
15:00						Herren 15.00-17.00		15:00
15:30								15:30
16:00	U10m/w (Jg. 2009+2010) 16.00-17.15	U9m/w Gr. 1 (Jg. 2011, 2012, 2013) 16.00-17.15	U10m/w (Jg. 2009+2010) 16.00-17.15	U12m/w (Jg. 2007+2008) 16.00-17.15				16:00
16:30	Hans, Benny, Nico, Bartek	Björn, Jan, Stella	Hans, Benny, Nico, Bartek	Benny, Patrick, Jan, Bartek				16:30
17:00					AHTC			17:00
17:30	U12w (Jg. 2007+2008) 17.30-18.45	U12m/U14m/w (Jg. 2005 - 2008) 17.30-18.45	U16m (Jg. 2003, 2004) 17.30 - 18.45	U14m/w (Jg. 2005, 2006) 17.30-18.45				17:30
18:00	Hans, Nico, Bartek	Flo, Bartek, Patrick, Benny	Nico, Hans, Jakob	Flo, Bartek, Patrick				18:00
18:30								18:30
19:00			U18m (Jg. 2001, 2002) 19.00 - 20.15		U16/U18m (Jg. 2001 - 2004) 19.00 - 20.15			19:00
19:30		Damen 19.00-20.30	Nico, Hans, Jakob	Damen 19.00-20.30				19:30
20:00	Team Training							20:00
20:30								20:30
21:00		Herren 20.30-22.00		Herren 20.30-22.00				21:00
21:30								21:30

Steckli: **zusätzlich** zum regulären Training in ungeraden Wochen (U10 Verläng. des Montag-Trainings bis 18 Uhr, U12 Verläng. bis 19.15 Uhr, Dienstag-Trainings keine Änderung der Uhrzeit)