



TRAININGSPLAN FÜR DIE SAISON 2009/ 10

ZEIT	Montag		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG (Pl. 3)		FREITAG (Pl. 1)		ZEIT
	1. Platzhälfte	2. Platzhälfte	1. Platzhälfte	2. Platzhälfte	1. Platzhälfte	2. Platzhälfte	1. Platzhälfte	2. Platzhälfte	1. Platzhälfte	2. Platzhälfte	1. Platzhälfte	2. Platzhälfte	
17:00			TW-Training		TW-Training		TW-Training		F-/ G-Jugend		TW-Training		17:00
17:15													17:15
17:30	F-/ G-Jugend	B-Juniorinnen	C-Jugend	D-Jugend	F-/ G-Jugend	B-Juniorinnen	C-Jugend	D-Jugend	D-Jugend	F-/ G-Jugend	C-Jugend	B-Juniorinnen	17:30
17:45													17:45
18:00													18:00
18:15													18:15
18:30													18:30
18:45													18:45
19:00					B-Juniorinnen								19:00
19:15									A-Jugend		B-Jugend		19:15
19:30			A-Jugend	B-Jugend	I. Mannschaft	II. Mannschaft	A-Jugend	B-Jugend	I. Mannschaft	II. Mannschaft	I. Mannschaft	II. Mannschaft	19:30
19:45													19:45
20:00													20:00
20:15													20:15
20:30													20:30
20:45													20:45
21:00													21:00
21:15													21:15

I. Mannschaft: Mi u. Fr 19:30 bis 21:15
 II. Mannschaft: Mi u. Fr 19:30 bis 21:15

A-Jugend: Di / Do / Fr 19:30 bis 21:15 u. Fr 18:30 bis 20:15
 B-Jugend: Di / Do / Fr 19:30 bis 21:15 u. Fr 18:30 bis 20:15

C-Jugend: Di / Do / Fr 17:30 bis 19:15
 D-Jugend: Di / Do / Fr 17:30 bis 19:15
 F / G-Jugend: Mo / Mi 17:30 bis 18:45 u. Fr 17:00 bis 18:15
 B-Juniorinnen: Mo 17:30 bis 19:00 / Mi 17:30 bis 19:15 / Fr 17:00 bis 18:15