

Trainingsplan - Halle 2018/2019

Stand: 5. November 2018

	Montag	Kunstrasen	Kondi	Dienstag	Mittwoch	Frahmstraße	Kunstrasen	Kondi	Donnerstag	Kondi	Freitag	Kondi	Samstag		
15.00 - 15.30				Kunstrasen									optimale Trainingszeit KB	8.00 - 8.30	
15.30 - 16.00					Minis			Ballschule						8.30 - 9.00	
16.00 - 16.30					MD					Ballschule				9.00 - 9.30	
16.30 - 17.00			MB	MC/KC	MC 2/3	KD		MC1					MD	TW Training	9.30 - 10.00
17.00 - 17.30	MB														10.00 - 10.30
17.30 - 18.00			KB		wJB			MC2/3		KC			MC		10.30 - 11.00
18.00 - 18.30				MB/KB	MC1										11.00 - 11.30
18.30 - 19.00	KB	KB			MA				KC	mJB	KA				11.30 - 12.00
19.00 - 19.30															12.00 - 12.30
19.30 - 20.00	mJA	Herren			KA				mJB		MA/wJB	Herren			12.30 - 13.00
20.00 - 20.30										Damen					13.00 - 13.30
20.30 - 21.00											mJA	Herren			13.30 - 14.00
21.00 - 21.30									Damen				Banden abbauen!! 15Uhr Anpfiff Handball		
21.30 - 22.00					mJB										

Uli	Stephan
Dawid Z.	Vanessa
Johan H. / David P.	Christina
David P.	Kelly

Altersklassen:

Minis: U6 - 4-6 Jahre
M/K D: U8 - 6-8 Jahre
M/K C: U10 - 8-10 Jahre
M/K B: U12 - 10-12 Jahre
M/K A: U14 - 12-14 Jahre
w/m JB: U16 - 14-16 Jahre
w/m JA: U18 - 17-18 Jahre

Damen / Herren

Christianeum			
	20.30 - 21.00		17.00 - 17.30
	21.00 - 21.30	NoBellies	17.30 - 18.00
	21.30 - 22.00		18.00 - 18.30
	Termine: 25.10./8.11./22.11./6.12./10.1./24.1./7.2./21.2.	alle 14 Tage	18.30 - 19.00