

1.FC Lübars

Trainingsplan Sommer 2018 Gültig 01.04.2018 - Ende Sommerhalbjahr

Schluchseestrasse

	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag		
	vorne	hinten	Stad.	vorne	hinten	Stad.	vorne	hinten	Stad.	vorne	hinten	Stad.	vorne	hinten	Stad.
16.00 - 17.00									Mini's						2.E
17.00 - 17.30	2.D-Mäd.	1.D	1.E	1.D	1.D-Mäd.	1.F	3.D/2.E	2.D	2.F/1.G	1.DM/2.DM	2.C	1.E/1.F	2.F/1.G	2.D	2.E
17.30 - 18.00	2.D-Mäd.	1.D	1.E	1.D	1.D-Mäd.	1.F	3.D/2.E	2.D	2.F/1.G	1.DM/2.DM	2.C	1.E/1.F	2.F/1.G	2.D	2.E
18.00 - 18.30	2.D-Mäd.	1.D	1.E	1.D	1.D-Mäd.	1.F	3.D/2.E	2.D	2.F/1.G	1.DM/2.DM	2.C	1.E/1.F	2.F/1.G	2.D	
18.30 - 19.00	1.C	2.C	3.D		B-Mäd.	C-Mäd.	1.C	2.C		B-Mäd.	C-Mäd.	1.D	X	1.C	Spiel Ü50 I
19.00 - 19.30	1.C	2.C	3.D		B-Mäd.	C-Mäd.	1.C	2.C	Alt-Liga	B-Mäd.	C-Mäd.	1.D		1.C	
19.30 - 20.00	1.C	2.C	3.D		B-Mäd.	C-Mäd.	1.C	2.C	Alt-Liga	B-Mäd.	C-Mäd.	1.D		1.C	
20.00 - 20.30	1.Herren	1.Herren		1.Herren	1.Herren		Alt-Liga	1.Herren optional	Alt-Liga	1.Herren	1.Herren	1.B	Spiel Ü40 7er		Spiel Ü50 II
20.30 - 21.00	1.Herren	1.Herren		1.Herren	1.Herren		Alt-Liga			1.Herren	1.Herren	1.B			
21.00 - 21.30	1.Herren	1.Herren		1.Herren	1.Herren		Alt-Liga			1.Herren	1.Herren				

Cite Foch

17.00 - 17.30													B-Mäd.	
17.30 - 18.00													B-Mäd.	
18.00 - 18.30													B-Mäd.	
18.30 - 19.00														
19.00 - 19.30														
19.30 - 20.00														

Verantwortlich:
Herren/Altliga: B. Zimmermann
männl. Jugend: S. Taeniges/H. Klaus
Frauen/Mädchen: M. Bogs