

TSV 05 Allendorf / Lahn

Stand: 16.01.2012

Trainingsplan 1. Mannschaft

Vorbereitung für die Saison 2011 / 2012

Woche	Tag	Datum	Uhrzeit	Training / Spiel
1. Woche KW 4	Montag	23.01.2012		Frei
	Dienstag	24.01.2012		Frei
	Mittwoch	25.01.2012		Frei
	Donnerstag	26.01.2012		Frei
	Freitag	27.01.2012	19:00 Uhr	Training
	Samstag	28.01.2012	15:00 Uhr	Spiel in Wettenberg
	Sonntag	29.01.2012	11:30 Uhr	Training mit Mittagessen
2. Woche KW 5	Montag	30.01.2012		Frei
	Dienstag	31.01.2012	19:00 Uhr	Spinning in Wetzlar
	Mittwoch	01.02.2012		Frei
	Donnerstag	02.02.2012	19:00 Uhr	Spinning in Wetzlar
	Freitag	03.02.2012	19:00 Uhr	Training
	Samstag	04.02.2012	16:00 Uhr	Spiel gegen Saasen
	Sonntag	05.02.2012	16:00 Uhr	Spiel gegen Atzenhain
3. Woche KW 6	Montag	06.02.2012	19:00 Uhr	Training
	Dienstag	07.02.2012	19:00 Uhr	Spinning in Wetzlar
	Mittwoch	08.02.2012		Frei
	Donnerstag	09.02.2012	19:00 Uhr	Spinning in Wetzlar
	Freitag	10.02.2012	19:00 Uhr	Training
	Samstag	11.02.2012	15:00 Uhr	Spiel in Wetzlar (Eintracht Wetzlar II)
	Sonntag	12.02.2012	16:00 Uhr	Spiel gegen Waldsolms
4. Woche KW 7	Montag	13.02.2012	19:00 Uhr	Training
	Dienstag	14.02.2012	19:00 Uhr	Training
	Mittwoch	15.02.2012		Frei
	Donnerstag	16.02.2012	19:00 Uhr	Spiel gegen Rödgen
	Freitag	17.02.2012	19:00 Uhr	Training
	Samstag	18.02.2012	16:00 Uhr	Spiel in Marburg (Blau-Gelb)
	Sonntag	19.02.2012		Frei
5. Woche KW 8	Montag	20.02.2012		Frei
	Dienstag	21.02.2012		Frei
	Mittwoch	22.02.2012	19:00 Uhr	Training
	Donnerstag	23.02.2012	19:00 Uhr	Training
	Freitag	24.02.2012	19:00 Uhr	Training
	Samstag	25.02.2012	9:00 / 16:00 Uhr	Spiel in Bielefeld mit Übernachtung (Kosten 30 €)
	Sonntag	26.02.2012		Frei
6. Woche KW 9	Montag	27.02.2012		Frei
	Dienstag	28.02.2012	19:00 Uhr	Training
	Mittwoch	29.02.2012		Frei
	Donnerstag	01.03.2012	19:00 Uhr	Training
	Freitag	02.03.2012	19:00 Uhr	Training
	Samstag	03.03.2012		Frei
	Sonntag	04.03.2012	15:00 Uhr	Rundenbeginn (MTV Giessen)

Zu jedem Training Lauf- und Fußballschuhe mitbringen.

Immer 1 Stunde vor Spielbeginn Treffpunkt.

Immer 15 Min. vor Trainingsbeginn auf dem Platz anwesend sein

Abmeldungen 1. Mannschaft :

Steffen Binz

Tel.:

06403 / 74599

Mobile:

0163 / 1880917