

Trainingsplan

Zeit	Montag				Zeit	Dienstag				Zeit	Mittwoch				
	KS1	KS2	Rasenplatz wird gedreht	Laufbahn		KS1	KS2	NR1	NR2		KS1	KS2	Rasenplatz wird gedreht		
16:00-16:30				Leicht athletik	16:00-16:30					16:00-16:30					
16:30-17:00					16:30-17:00						16:30-17:00				
17:00-17:30			F2-Jgd. Rausch / Claus		17:00-17:30						17:00-17:30		Minis Claus	F2-Jgd. Rausch / Claus	G1 -Jgd. Sulaksu
17:30-18:00			E2-Jgd. Harke		17:30-18:00			D2-Jgd. Lonyai / Körner	F1-Jgd. Hermann/ Kühn/Meier		17:30-18:00		E2-Jgd. Harke		
18:00-18:30	C-Jgd. Engels / OvG	A-Jgd. Lorenz/ Mebis/ Nirschl			18:00-18:30	B-Jgd. Noll / Bischoffs	D1-Jgd. 17:45 - 19:15 Roelen/ Schmitz/ Gaspers				18:00-18:30	C-Jgd. Engels / OvG	B-Jgd. Noll / Bischoffs		
18:30-19:00					18:30-19:00						18:30-19:00				
19:00-19:30					19:00-19:30						19:00-19:30				
19:30-20:00	FSV		nur bei guten Wetter A-Jgd. Lorenz / Mebis / Nirschl		19:30-20:00	1. M	2. M.	nur bei gutem Wetter 1. M.		19:30-20:00	A-Jgd. Lorenz/ Mebis/ Nirschl	Damen Schilke / Meurer J.	AH Wimmers / Esser Chr.		
20:00-20:30				20:00-20:30						20:00-20:30					
20:30-21:00				20:30-21:00						20:30-21:00					

Zeit	Donnerstag			
	KS1	KS2	NR1	NR2
16:00-16:30				
16:30-17:00				
17:00-17:30				
17:30-18:00	D2-Jgd. Lonyai / Körner		E1-Jgd. AvG / Warth	
18:00-18:30		D1-Jgd. 17:45 - 19:15 Roelen/ Schmitz/ Gaspers		
18:30-19:00				
19:00-19:30				
19:30-20:00	1. M	2. M.	nur bei gutem Wetter 1. M.	
20:00-20:30				
20:30-21:00				

Zeit	Freitag					Zeit	Samstag / Sonntag			
	KS1	KS2	NR1	NR2	Laufbahn		KS1	KS2	NR1	NR2
16:00-16:30						10:00-11:00	Spielbetrieb		Spielbetrieb	
16:30-17:00					11:00-12:00					
17:00-17:30					12:00-13:00					
17:30-18:00			F1-Jgd. Hermann/ Kühn/Meier	G1 -Jgd. Sulaksu	Leicht athletik	13:00-14:00				
18:00-18:30	A-Jgd. Lorenz/ Mebis/ Nirschl	B-Jgd. Noll / Bischoffs				14:00-15:00				
18:30-19:00					15:00-16:00					
19:00-19:30					16:00-17:00					
19:30-20:00	1. M	Damen Schilke / Meurer J.	nur bei gutem Wetter 1. M.			17:30-18:00			Sonntag Laufbahn SG RW Gierath Einrad	
20:00-20:30					18:00-19:00	Samstag Laufbahn TV J Einrad				
20:30-21:00					19:00-20:00					