



# „Herbst“-Trainingsplan 2021

(gültig ab 30.8.)

Stand 30.8.2021



UHRZEIT	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	UHRZEIT	
15:00	U8m (KnD) 15.00-16.30 Tobi, Melina, Benedikt, TobiasB, Paulina	„Minis“ 15.00-16.00 Konni, Anja, Filippa	U8w/m- Technik &-Athl 15.00-16.00 Tobi, Richard, Melina, Benedikt	U8w (MäD) 15.00-16.30 Markus, Jacob(bis 16), Benedikt, Melina	U8m (KnD) 15.00-16.30 Tobi, Jacob, Melina, Amelie	U8w (MäD) 15.00-16.30 Mareike, Markus, Benedikt, Melina	15:00
15:30							15:30
16:00	U10w (MäC) 16.00-17.30 Jacob, Sven, Benedikt, Lucy, Marit, Jacob	„Minis“ 16.00-17.00 Konni, Anja,	U10m (KnC) 15.00-17.00 Tobi (ab15.30), Jacob, Melina, Benedikt, Fabian	U10w (MäC) 16-18 Jacob, Sven, Benedikt(ab 16.30)	U10m (KnC) 16.00-17.30 Tobi(ab16.45), Markus,	U12w (MäB) 16-18 Marcel, Mareike (ab 16.40),	16:00
16:30							16:30
17:00	Spezial- training 17-18.30 Tobi, Calvin(bis 17.45), Sven(ab 17.45)	U14m-Athl. 17.15-18.15 Marcel	U12w-Athl. 16.00-16.30 Richard	U10w-Athl. 16.30-17.30 Richard	U6-Ball- & Bewegungs- schule 16-16.45 Calvin, Tobi, Benedikt, Melina		17:00
17:30							17:30
18:00		U14w (MäA) 18-20 Calvin, Jacob, Marcel, Caro, Maurits	U14m (KnA) 17.30-19.30 Mo Grell, Jacob	U12m (KnB) 17.30-19.30 Markus, Jacob,	U14w (MäA) 17-19 Calvin, Kerstin, Jacob	U12m (KnB) 17.30-19.30 Markus, Benedikt, Caro(2wö)	18:00
18:30							18:30
19:00		TW- Training? 16.00-19.00 Maurits	U16m (MJB) 18.30-20.30 Sven, Jacob (ab 19.30), Benedikt(bis 19.30)	U14w-Athl. 18.30-19.30 Richard	U14m (KnA) 18-20 Mo Grell, Jacob	U16w (WJB) 19-21 Marcel	19:00
19:30							19:30
20:00	U18m (MJA) / Herren 20.00-22.00 Sven	Eltern- hockey 20.00-21.30 Hennes	U18w / (WJA) Damen 19.30-21.30 Calvin, Benedikt	Eltern- Fitness 20.00-21.00 Richard	U16w (WJB) 19-21 Marcel	Taunus- Team 19-21 Kerstin, Roger	19:30
20:30							20:00
21:00						Senioren/- innen 20.30-22.00 Nicolai, Axel	20:30
21:30							21:00
							21:30

## Anmerkungen:

- hellgrün = kleiner Kunstrasen
- grau = mehrere Teams zusammen auf dem gr. KuRa
- Spezialtraining = für nominierte B/A`s plus besonders leistungsstarke C`s



## Verfügbarkeit KLEINER KURA:

- MO 15-18 Uhr
- DI 15-20 Uhr
- MI 15-18 Uhr
- DO 15-17 Uhr
- FR 15-18 Uhr

Sonntag 18-20 Uhr:

U18w (WJA)  
18-20  
Calvin, Benedikt