

Trainingsplan Heider SV Sommer Saison 2016 / 2017

	HSV I	HSV II	HSV III	MTV II	MTV klein	Heide Ost
--	-------	--------	---------	--------	-----------	-----------

Montag						
17:00-18:30			F1 (6)		F2 (4)	
17:30-19:00		B2 (2)				
18:00-19:30						
18:30-20:00				C1 (1)		
18:30-20:00					Altliga (5)	
19:00-20:45		A1 (3)	Herren 1	B1 (4)		

Dienstag						
17:00-18:30			B-Mäd (7)		G1/2/ (1)	
17:30-19:00		D2 (6)	C-Mäd (7)	D4 (5)		
17:45-19:00			D3			
18:00-19:30						
18:30-20:00				Frauen (8)		
19:00-20:45		Herren 2	Herren 1			

Mittwoch						
16:30-18:00			E1/E2 (4/3)	F1/F2 (6/8)		
17:30-19:00		B2 (7)				
17:30-19:00		C2 (2)	D1 (5)			
18:30-20:00				C1 (1)		
19:00-20:45		Herren 1	A1 (3)	B1 (4)		

Donnerstag						
15:30-17:00						
17:00-18:30			D2 (6)	D4 (5)		
17:30-19:00		C-Mäd (7)				
18:00-19:30						
19:00-20:45				B1 (4)		
19:00-20:45		Herren 1	Herren 2			

Freitag						
15:30-17:00			D3 (6)			
16:00-18:00			E1/E2 (4/3)		G1/2 (1)	
16:30-18:00			D-Mäd (7)			
17:00-18:30			B-Mäd (7)			
17:30-19:00		C2 (2)	D1 (5)			
18:00-19:30						
18:30-20:00				C1 (1)		
19:00-20:45		A1 (3)	Frauen (8)			

Ich möchte darauf hinweisen, das Übungen die die Rasenfläche sehr beanspruchen, in Bereichen durchzuführen wo sie nachträglich niemanden stören.

Danke für Euer Verständnis
 Andreas Möller
 Stand: 2016-07