

Trainingsplan, gültig ab 01.05.2023

Teamtraining

Jugend

Trainerstunde

	Zeit	1	2	3	4
Montag	15:00	Oldies	Oldies		
	16:00	Oldies	Oldies	Sina Colmsee	
	17:00	H 40/50	H 40/50	Sina Colmsee	Luca Holtmeyer
	18:00	H 40/50	H 40/50	Sina Colmsee	H.-P. Meyer
	19:00	H 40/50	H 40/50	Damen	H.-P. Meyer
	20:00				
Dienstag	15:00				
	16:00		H 60		"Platzwarte"
	17:00	H 60	H 60	Luca Holtmeyer	"Platzwarte"
	18:00	H 60	Herren II	Luca Holtmeyer	Luca Holtmeyer
	19:00	Herren II	Herren II	Luca Holtmeyer	Luca Holtmeyer
	20:00			Luca Holtmeyer	Luca Holtmeyer
Mittwoch	10:00-11:30	Oldies	Oldies		
	15:00				
	16:00			Moritz Nienaber	
	17:00	D 30/40	D 30/40	Moritz Nienaber	
	18:00	D 30/40	D 30/40	Herren 30 II	Herren 30 II
	19:00	D 30/40	D 30/40	Herren 30 II	Herren 30 II
	20:00				
Donnerstag	15:00			Malin Holtmeyer	
	16:00	H 70	H 70	Malin Holtmeyer	
	17:00	H 70	H 70	Malin Holtmeyer	
	18:00	Herren/H 30	Herren/H 30		
	19:00	Herren/H 30	Herren/H 30		
	20:00				
Freitag	09:30-10:30		Damen 30		
	15:00			Celine Siebe	
	16:00			Celine Siebe	
	17:00			Celine Siebe	
	18:00			Celine Siebe	Mats Tewes
	19:00			Herren III	
	20:00			Herren III	
Samstag	09:00			Mats Tewes	
	10:00			Mats Tewes	
	11:00			Mats Tewes	
	12:00				
	13:00				
	14:00				