

Vorläufiger Trainingsplan ab 21.08.2017

Uhrzeit	Montag					Dienstag					Mittwoch					Donnerstag					Freitag				
	RSC/DJK					RSC/DJK					RSC/DJK					RSC/DJK					RSC/DJK				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
ab 16:30											E1+E3										E1+E3				
ab 17:00											E1+E3										E1+E3	F1-F4			
ab 17:15											E1+E3	G	BSG								E1+E3	F1-F4 +G			
ab 17:30						D1			C1+C2		E1+E3	F1-F4 +G	BSG			D1			C1+C2		E1+E3	F1-F4 +G			
bis 18:00						D1			C1+C2		E1+E3	F1-F4 +G	BSG			D1			C1+C2		E1+E3	F1-F4 +G			
ab 18:00						D1			C1+C2			F1-F4 +G	BSG			D1			C1+C2			F1-F4 +G	B1+B2		
bis 18:15						D1			C1+C2			F1-F4 +G	BSG			D1			C1+C2			F1-F4 +G	B1+B2		
Bis 18:45						D1			C1+C2			F1-F4				D1			C1+C2				B1+B2		
bis 19:00						D1			C1+C2							D1			C1+C2				B1+B2		
ab 19:00		B1+B2				1.+2.M					B1+B2					AH					1.+2.M				B1+B2
Bis 19:30		B1+B2				1.+2.M					B1+B2					AH					1.+2.M				B1+B2
Bis 20:30		B1+B2				1.+2.M					B1+B2					AH					1.+2.M				
	FC 04					FC 04					FC 04					FC 04					FC 04				
	1	2	HPI			1	2	HPI			1	2	HPI			1	2	HPI			1	2	HPI		
ab 17:15						D2+D3										D2+D3									
ab 17:30						D2+D3					E2+E4					D2+D3					E2+E4				
Bis 19:00						D2+D3					E2+E4					D2+D3					E2+E4				
ab 19:00		A				1.M					A					1.M					A				
Bis 20:30		A				1.M					A					1.M					A				

Für die Trainer und Betreuer zur Beachtung:

Trainingszeiten einhalten / Tore und Trainingsgeräte wegräumen / Kabinen sauber verlassen

Flutlicht, Beleuchtung in Kabinen ausschalten und Fenster schließen, Türen abschließen

Nachholspiele und Trainingsspiele nur an eigenen Trainingstagen

Vorherige Rücksprache mit Vorstand und rechtzeitige Info an betroffene Trainer

Bei Spielabsagen Platzwart und Sportgaststätte informieren