



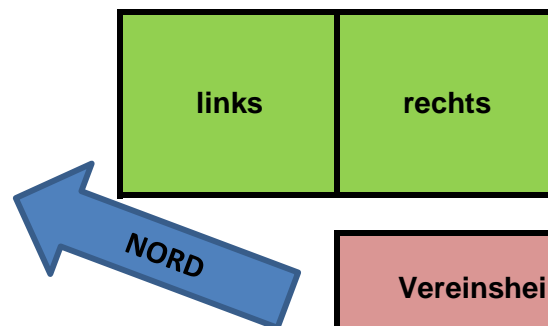
TRAININGSPLAN SAISON 2020/21



Gültig ab 10.08.2020

Uhrzeit	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
	Hälfte	Team	Hälfte	Team	Hälfte	Team	Hälfte	Team	Hälfte	Team
16:15 - 17:30	rechts	Mini 14	rechts		rechts	Mini 14	rechts		rechts	
	links		links		links		links		links	
17:00 - 18:30	rechts		rechts	E2	rechts		rechts	E2	rechts	F1 D1
	links	E1	links	D2	links	F1 E1	links	D2	links	C1
17:15 - 18:45	rechts	TW	rechts		rechts	D1	rechts		rechts	
	links		links		links		links		links	
18:30 - 20:00	rechts	B	rechts	C1	rechts	U17	rechts	A od.B C1	rechts	U17
	links	C2	links	A	links	C2	links	A oder B	links	A oder B
19:45 - 21:15	rechts	1.Frauen	rechts	1.Herren	rechts	1. + 2.Frauen	rechts	1.Herren	rechts	1.Herren
	links	2.Frauen	links	2.Herren	links	AH / SAL	links	2.Herren	links	1.Frauen

In den Wechsel der Mannschaften sind teilweise die ersten 15 Minuten der Trainingszeit als Warmmachphase hinter den Toren berücksichtigt bzw. einigt man sich untereinander!



Sonderregelung B- und A-Junioren: Diese trainieren am Freitag im Wechsel - B = ungerade Woche, A = gerade Woche Die Mannschaft die Freitags trainiert, hat am Donnerstag, den 1/4 Platz. Somit ist sichergestellt das jedes Team 2 mal in der Woche einen 1/2Platz hat.