



Stand: 27.08.23



Trainingsplan Feld 2023.2 (gültig ab 28.08.23)

Zeit	MONTAG			DIENSTAG			MITTWOCH			DONNERSTAG				FREITAG	
	Athletik	KURA unten	KURA oben	Athletik	KURA unten	KURA oben	Athletik	KURA unten	KURA oben	Athletik	Athletik	KURA unten	KURA oben	KURA unten	KURA oben
14:00	Phill			Phill			Nico/Phil			Phill	Nico				
15:00		wU8 JB, KK, JvS, CvdG, IW	freies ZOCKEN	mU10	mU8 JB, CW, MK	wU12						mU8 wU8 JB, MMT, CasS, CW, MK, LB, FB			
16:00		wU10 JB, KK, JvS, CvdG, IW CarS, CIM, JuK	freier Platz	mU8	mU10 JB, KvS, JR, MK	MMT						wU12 MMT, MK		mU12 JB, MK, JR	
17:00	wU8			wU12	mU12 JB, VW, JR	wU14 KK						eE 16:45 bis 17.15			eE 16:30 wU12 MMT, ChW
18:00	wU10	wU14 KK		mU16								wU14 KK		mU14 JB, BK	
19:00	wU14				mU16 MG, JB	wU16 MMT, KK, HS						wU14 MMT, KK, HS		mU12 JB, MK, JR	
20:00		Pigeons		1. Da/1. He i. Wechsel											
21:00			MoMen	wU16	1. Herren KK	1. Da MMT	2. Da HS	Damen/ Herren							
22:00								KB Gym Stadt							

AT: Aufbautraining nach Einladung

FT: Fördertraining nach Einladung

GT: Grundlagentraining nach Einladung

Athletik Da/He:

Dienstag 29.8. Da bei Nico, He bei Phil, dann Wechsel

Donnerstag 24.8. Herren bei Phil, 31.8. Damen

eE- eigenständige Erwärmung

Jahrgänge					
Joker (JA)	wU8	2016	2015	mU8	Joker (JA) Justus Brettschneider (JB)
Joker (JA)	wU10	2014	2013	Mu10	Joker (JA) Marlon Gorges (MG)
Magnus (MMT)	wU12	2012	2011	Mu12	Herrentrainer
Kristian (KK)	wU14	2010	2009	Mu14	Herrentrainer
Magnus (MMT)	wU16	2008	2007	mU16	Herrentrainer
	wU18	2006	mU18	mU18	

FREIZEITTEAMS HOCKEY

Ringeltauben - Dienstags 9:00 – 10:30 Uhr

Samstagsschlenzer (unten) Samstags 10:00 – 11:30 Uhr

(JvS: Juliane v. Strenge, CvdG: Catalina v.d. Goltz, IW: Isa Westphal, CarS: Carla Standke, CM: Clara Meincke, JuK: Julia Ketel, CW: Cornelius Wetzel, KvS: Kaspar v.d. Stenge, VW: Valentin Woithe, HS: Henrik Seguin, JR: Julia Riedel, LB: Louise Bley, FB: Felix Bardt)