



Trainingsplan
gültig ab 26.10.2009

Winter 2009/2010

Zeit	Montag			Dienstag					Mittwoch				Donnerstag				Freitag			Zeit	Sam
	Lud	Eks	U.d.E.	Ges	Lud	Aug	Eks	U.d.E.	Ges	Lud	Aug	Gym	Lud	Aug	U.d.E.	Real	Ges	Lud	Eks		AUG
15.00							15.00													15.00	10.00
15.30							U14 III								15.30					15.30	10.30
16.00			16.00	16.00			16.30			16.00					16.00			16.00	16.00	16.00	
16.30			16.00		16.30		16.30	16.30		U10			16.30		U8			16.30	16.30	16.30	
17.00			17.00	U14	U12 I		U14 II	Magic Paws		U10					17.30			17.30	U14 II	17.00	12.30
17.30			17.00	U14			18.00	18.00		18.00					17.30	17.30		17.30	18.00	17.30	
18.00			18.00	18.00			18.00			18.00	18.00		U14/ U16	18.00	U12 I			17.30	U19	18.00	
18.30			18.30							U18	U19				19.00	Magic Paws		19.00		18.30	
19.00			19.00	U16		19.00	U18			U18	U19	19.00			19.00			19.00	U18	19.00	14.00
19.30			20.00			U15				20.00	20.00									19.30	
20.00	20.00			20.00		20.15			20.00	20.00			20.00	20.00			20.00		20.00	20.00	
20.30						20.15						Magic Paws						20.30		20.30	
21.00	H2			H1		H3			H1	H2			H1	H4			H1			21.00	16.00
21.30																		H2		21.30	16.00
22.00	22.00			22.00		22.00			22.00	22.00		22.00	22.00	22.00	22.00		22.00	22.00	22.00	22.00	19.00
Zeit	Lud	Eks	U.d.E.	Ges	Lud	Aug	Eks	U.d.E.	Ges	Lud	Aug	Gym	Lud	Aug	U.d.E.	Real	Ges	Lud	Eks	Zeit	AUG
	Montag			Dienstag					Mittwoch				Donnerstag				Freitag				Sam