

Trainingsplan SG Lasel/Burbach/Schönecken

- Wintervorbereitung Saison 2009/10 -

Fr. 05.02.10	19.30 Uhr	Training in Schönecken anschl. Besprechung
Sa. 06.02.10	11.00 Uhr	Waldlauf in Schönecken
Mo.08.02.10	19.30 Uhr	Taining in Schönecken
Mi.10.02.10	19.30 Uhr	Training in Schönecken
Fr. 12.02.10	19.30 Uhr	Training in Schönecken
Mi.17.02.10	19.30 Uhr	Training in Schönecken
Fr. 19.02.10	19.30 Uhr	Training in Schönecken
Sa. 20.02.10	16.30 Uhr	1. Trainingsspiel gegen SC Bleialf I in Schönecken
So. 21.02.10	15.00 Uhr	Waldlauf Königswäldchen in Bitburg anschl. Schwimmbad/Sauna Cascade
Mi.24.02.10	19.30 Uhr	Training in Schönecken
Fr. 26.02.10	19.30 Uhr	Training in Schönecken
Sa. 27.02.10	16.30 Uhr	2. Trainingsspiel gegen SG Ringhuscheid/A. I in Schönecken
Di. 02.03.10	19.30 Uhr	Training in Schönecken
Do. 04.03.10	19.30 Uhr	3. Trainingsspiel gegen SG Wallenborn I in Stadtfeld
Sa. 06.03.10	11.00 Uhr	Waldlauf in Schönecken
	17.00 Uhr	4. Trainingsspiel gegen DJK Watzerath I in Schönecken
Di. 09.03.10	19.30 Uhr	Training in Schönecken
Fr. 12.03.10	19.30 Uhr	Training in Schönecken
Sa. 13.03.10	17.00 Uhr	5. Trainingsspiel gegen SG Weinsheim/S. I in Schönecken oder Schwirzheim
So. 14.03.10	10.30 Uhr	Training in Schönecken anschl. Besprechung
	13.00 Uhr	evtl. gemeinsames Mittagessen
	14.30 Uhr	evt. Kegeln/Bowlen,etc.
Mi. 17.03.10	19.30 Uhr	Training in Schönecken
Fr. 19.03.10	20.00 Uhr	Meisterschaft-Nachholspiel in Karlshausen
So. 21.03.10	14.30 Uhr	Meisterschaftsspiel gegen Wolsfeld/M. in Schön.

Bitte während der kompletten Wintervorbereitung Lauf- und Fußballschuhe mitbringen. Ich hoffe auf eine hohe Trainingsbeteiligung, damit wir gut gerüstet und hoch motiviert die restlichen 10 Spiele angehen können.

Euer Trainer Privat: 06554-1555 Dienstl: 06554-920213
Richard Handy: 0151-52441162 E: richard.thelen@rb-westefel.de

