



Trainingsplan III. Mannschaft

Sommervorbereitung Saison 2015 / 2016



Di.	07.07.2015	19.30 Uhr	Trainingsauftakt 19.30	Treffen : 19.00
Do.	09.07.2015	19.30 Uhr	Training	
Fr.	10.07.2015	19.00 Uhr	Training	
So.	12.07.2015	15.00 Uhr	Spiel	Vorw. Hiddingsel - SC Reken III
Di.	14.07.2015	19.30 Uhr	Training / Waldlauf	Silbersee III
Do.	16.07.2015	19.30 Uhr	Training / Waldlauf	Silbersee III
Fr.	17.07.2015	18.00 Uhr	Vereinsinternes Turnier am Gevelsberg	
So.	19.07.2015	15.00 Uhr	Spiel	SC Reken III - Tus Drevenak I
Di.	21.07.2015	19.30 Uhr	Training	
Mi.	22.07.2015	19.30 Uhr	Training	
Do.	23.07.2015	19.30 Uhr	Training	
Fr.	24.07.2015	19.30 Uhr	Spiel	SC Reken III - TSG Dülmen III
So.	26.07.2015	15.00 Uhr	Spiel	SC Reken III - Vorw. Lette I
Di.	28.07.2015	19.30 Uhr	Spiel	SC Reken III - SV. Bossendorf II
Do.	30.07.2015	19.30 Uhr	Training	
Fr.	31.07.2015	19.00 Uhr	Training	
So.	02.08.2015	15.00 Uhr	Spiel	SC Reken III - Etus Haltern II
Di.	04.08.2015	19.30 Uhr	Training	
Do.	06.08.2015	19.30 Uhr	Training	
Fr.	07.08.2015	19.00 Uhr	Training	
Sa.	08.08.2015	16.00 Uhr	Spiel	SC Reken III - SG. Coesfeld IV
So.	09.08.2015	15.00 Uhr	Spiel	SC Reken III - Westf. Osterwick II
Di.	11.08.2015	19.30 Uhr	Training	
Do.	13.08.2015	19.30 Uhr	Training	
Sa.	15.08.2015	15.00 Uhr	1. Meisterschaftsspiel 2015	

Änderungen sind vorbehalten

Treffpunkt 15 Minuten vor jedem Training

Zu jedem Training / Spiel sind Lauf.- und Fußballschuhe mitzubringen

Jeder Spieler läuft vor Beginn der Vorbereitung 4 x min. 25 Minuten

Pünktliche Abmeldung erfolgt beim Trainer / Co. Trainer
nur per Telefonanruf keine SMS / Whats App

Trainer Thorsten Enning

Co. Trainer Sven Hemker

Mo. 0171 / 5894914

Mo. 0176 / 81219156

Nach der Sommervorbereitung wird jeweils Di. - Do. 19.30 Uhr und Fr. um 19.00 Uhr trainiert