

## Trainingsplan Vorbereitung Winter 2012

<u>Datum</u>	<u>Was</u>	<u>Uhrzeit</u>
12.02.2012	Trainingsauftakt Sportplatz	11:00 Uhr
14.02.2012	Training Sportplatz	19:00 Uhr
18.02.2012	Trainingsspiel / Ausw. gg TGB Lahr	18:00 Uhr
21.02.2012	Training Sportplatz	19:00 Uhr
23.02.2012	Training Sportpark Lahr	20:00 Uhr
26.02.2012	Trainingsspiel / Heimsp. gg TGB Lahr	14:00 Uhr
28.02.2012	Training Sportplatz	19:00 Uhr
01.03.2012	Training Sportplatz	19:00 Uhr
04.03.2012	Trainingsspiel / vorauss. Ausw. gg ?	??????
06.03.2012	Training Sportplatz	19:00 Uhr
08.03.2012	Training Sportplatz	19:00 Uhr
11.03.2012	Trainingsspiel / Heimsp. gg Wallburg	14:00 Uhr
13.03.2012	Training Sportplatz	19:00 Uhr
15.03.2012	Training Sportplatz	19:00 Uhr
18.03.2012	Erstes Rundenspiel Langenwinkel	15:00 Uhr

*Bitte bringt zu jedem Training die Laufschuhe mit, falls der Platz nicht bespielbar ist!!*

*Durch die relativ kurze Vorbereitungszeit liegt unser Focus in erster Linie*

*im spielerisch/taktischen Bereich. Daher wäre es klasse, wenn jeder von euch*

*drei bis fünf Laufeinheiten - jeweils mind. 35 min - vor Trainingsauftakt absolviert.*

**Euer Trainerteam**

**Mitch (0176 38948852) und Andy (0171 2410800)**