

Trainingsplan – Senioren TUS Brake Saison 2018 – 2019 – Wintervorbereitung

=====

Wochentag	Datum	Veranstaltung	Ort / Gegner	Uhrzeit	Abfahrt / Treff	Spielort	Besonderes
Montag	28.01.2019						
Dienstag	29.01.2019	Training	Halle			Lipperlandhalle	Freiwillig
Mittwoch	30.01.2019						
Donnerstag	31.01.2019						
Freitag	01.02.2019						
Samstag	02.02.2019						
Sonntag	03.02.2019						
Montag	04.02.2019	Training	Walkenfeld	19:30	19:15	Laufbahn u. Hartplatz	Beginn Vorbereitung
Dienstag	05.02.2019	Training	Walkenfeld / Halle	19:30	19:15 19:45	Hartplatz oder Lipperlandhalle	
Mittwoch	16.02.2019						
Donnerstag	07.02.2019	Training	Walkenfeld	19:30	19:15	Hartplatz o. Laufbahn	
Freitag	08.02.2019						
Samstag	09.02.2019						
Sonntag	10.02.2019	F – Spiel SG Helpup-Kachtenhausen	Walkenfeld	15:00	13:45 Walkenfeld	Hartplatz Walkenfeld	Jörg Horstkötter 01705704526

Es sind grundsätzlich zu jeder Einheit Lafschuhe mitzubringen!!!!!!!!!!!!!!

Viel Spaß!!!!!!!!!!!!!!

## Trainingsplan – Senioren TUS Brake Saison 2018 – 2019 – Wintervorbereitung

=====

Montag	11.02.2019						
Dienstag	12.02.2019	Training	Walkenfeld / Halle	19:30	19:15 19:45	Hartplatz oder Lipperlandhalle	
Mittwoch	13.02.2019						
Donnerstag	14.02.2019	Training	Training	19:30	19:15	Hartplatz oder Laufbahn	
Freitag	15.02.2019	F – Spiel auswärts	SG Hiddessen – Heidenoldendorf	19:00	17:30	Kunstrasen	M. Ruschenpöhler 01704914563
Samstag	16.02.2019						
Sonntag	17.02.2019						
Wochentag							
Montag	18.02.2019	Training	Walkenfeld	19:30	19:15	Laufbahn u. Hartplatz	
Dienstag	19.02.2019	F-Spiel gegen FC Unteres Kalletal	Walkenfeld	19:30 20:00	18:30	Hartplatz oder Lipperlandhalle	
Mittwoch	20.02.2019						
Donnerstag	21.02.2019	Training	Walkenfeld	19:30	19:15	Hartplatz oder Laufbahn	
Freitag	22.02.2019						
Samstag	23.02.2019						
Sonntag	24.02.2019	F – Spiel Auswärts	FC Fortuna Schlangen	15:00	13:00	Kunstrasen	Uwe Hohnhold 01607206350
Montag	25.02.2019	Training	Walkenfeld	19:30	19:15	Laufbahn oder Hartplatz	

Es sind grundsätzlich zu jeder Einheit Laufschuhe mitzubringen!!!!!!!!!!!!!!

Viel Spaß!!!!!!!!!!!!!!

Trainingsplan – Senioren TUS Brake Saison 2018 – 2019 – Wintervorbereitung

=====

Dienstag	26.02.2019	F-Spiel gegen TuS Lüdenhausen	Walkenfeld	19:30	18:30	Hartplatz	Tim Schauf 017680816398
Mittwoch	27.02.2019						
Donnerstag	28.02.2019	Training	Walkenfeld	19:30	19:15	Hartplatz	
Freitag	01.03.2019						
Samstag	02.03.2019						
Sonntag	03.03.2019	Nachholspiel Alternativ TSG Holzhausen -	Walkenfeld	15:00	13:45	Hartplatz	Stefan Brunk 015128735616

Hallo Jungs,

anbei der Trainingsplan für die Wintervorbereitung. Ich habe extra Wert darauf gelegt nur 4 Wochen Vorbereitung zu machen, da ja auch danach bzgl. der Wetterverhältnisse der Spielbetrieb nicht sicher erscheint. Zu den Einheiten ist in jedem Fall zu erwähnen, das Getränke, Handtuch und Laufschuhe mitzubringen sind.

Ziel ist es noch eine gute Rückrunde zu spielen, die bestmögliche Platzierung zu erreichen. Wie besprochen, hat der Vorstand eine Prämie in Höhe von € 500,00 für den Nichtabstieg und von € 750,00 für einen einstelligen Tabellenplatz für unsere Mannschaftskasse ausgelobt. Zielsetzung für die Rückrunde sollte von daher in jedem Fall mind. Platz 9 sein.

Gruß Axel

Es sind grundsätzlich zu jeder Einheit Laufschuhe mitzubringen!!!!!!!!!!!!!!

Viel Spaß!!!!!!!!!!!!!!