

Trainingsplan DSD Sommer 2023

	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag			Samstag		
	Kleinfeld	links	rechts	Kleinfeld	links	rechts	Kleinfeld	links	rechts	Kleinfeld	links	rechts	Kleinfeld	links	rechts	Kleinfeld	links	rechts
15.00	OGS																	
15.15													Bambini					
15.30													Josefa	MU12	WU10			
15.45													Tobias	Tobias	Henrik			
16.00	MU8	MU8	WU8	WU10	WU10	MU10	MU14	MU14	MU8	MU10	MU10	WU8	MU12		Julia			
16.15	Julian	Julian	Julia	Henrik	Henrik	Julian	Daniele	Daniele	Julian	Julian	Daniele	Julia	Tobias		Selma			
16.30				Julia	Julia	Daniele	Benny	Benny		Daniele	Daniele							
16.45	WU8			Selma	Selma													
17.00	Julia									WU8								
17.15		2015/2016	2015/2016	2013/2014	2013/2014	2013/2014	2009/2010	2009/2010	2015/2016	Julia	2013/2014	2015/2016	2011/2012	2011/2012	2013/2014			
17.30	WU14	WU14	MU18	MU12	MU12	WU12	WU14	WU14	MU16	MU12	MU16	MU16	Inklusion	WU12	MU14			
17.45	Henrik	Henrik	Daniele	Tobias	Tobias	Julian	Henrik	Henrik	Daniele	Technik	Daniele	Daniele	Steffi S.	Julian	Daniele			
18.00	Lukas Me.	Lukas Me.	Benny			Carla	Lukas Me.	Lukas Me.	Benny	Tobias	Benny	Benny		Carla	Benny			
18.15																		
18.30										Torwart			WU12	2011/2012	2009/2010			
18.45	2009/2010	2009/2010	2005/2006	2011/2012	2011/2012	2011/2012	2009/2010	2009/2010	2006/2007	Training			2011/2012	2011/2012	2009/2010			
19.00	WU16	WU16	Düssel-	Damen	1. Herren / 1. Damen		Rad-	1./2. Herren / MU18		MU14	1. Herren /		WU18/2.Da.	WU18/2.Da.	WU16			
19.15	Henrik	Henrik	schlenzer	Athletik			schläger	Tobias		Technik	1. Damen		2. Damen	2. Damen	Henrik			
19.30	Julian	Julian			Tobi / Tobias / Akim			Holger			Tobi / Tobias / Akim				Julian			
19.45	Torwart				Lars / Sebastian					Herren	Lars / Sebastian					2007/2008		
20.00	Training									Athletik								
20.15	Jugend	2007/2008																
20.30	Joni	WU18/2.Da.	WU18/2.Da.															
20.45		2. Damen	2. Damen															
21.00							1. Damen	3./4. Herren										
21.15		Mischa	Mischa				Ecken	MU18 - 2										
21.30								Daniele / Benny										
21.45																		
22.00																		
22.15	Athletik:																	

16.30 - 17.30 WU14 Thomas	16.30 - 17.30 WU12 Thomas	16.30 - 17.30 MU12 Thomas
17.30 - 18.30 MU14 Thomas		17.30 - 18.30 WU16 Thomas

10.00 - 11.30 Minis Weiblich	10.00 - 13.00 Mgk. Fördertrain. Mädchen und Jungs
11.30 - 13.00 Minis Männlich	
13.15 - 14.30 ggfs. Trainingsspiele	

j