



TRAININGSPLAN AKTIVE

SAISON 2011/12

JANUAR / FEBRUAR

Stand: 21.12.11

Halle:

Do 29.12. 18:00 Hallentraining in der Hasselgrundhalle
Do 05.01. 18:00 Hallentraining in der Hasselgrundhalle
Sa 07.01. 11:00 Spiel: -A- Hallenturnier in Sulzbach

1. Woche:

Di 07.02. 19:00 Training
Do 09.02. 19:00 Training / Spielersitzung
Sa 11.02. 10:00 Waldlauf
So 12.02. 10:00 Spiel: -A- 1. Ma. Hallenturnier in Altenhain

2. Woche:

Di 14.02. 19:00 Training
Do 16.02. 19:00 Training / Spielersitzung
Sa 18.02. 10:00 Waldlauf
So 19.02. 12:00 Spiel: -H- 2. Ma. gegen FC Rödelheim 2
14:00 Spiel: -H- 1. Ma. gegen FC Rödelheim

3. Woche:

Di 21.02. 19:00 Training
Do 23.02. 19:30 Spiel: -H- 1. Ma. gegen SG Hausen / Westerf.
Sa 25.02. 10:00 Waldlauf
So 26.02. 14:30 Spiel: -H- 1. Ma. gegen (noch offen)

Torwarttraining: dienstags nach Absprache!

Zu allen Trainingseinheiten Laufschuhe mitbringen!!

Änderungen vorbehalten!

Aktueller Trainingsplan unter <http://www.badsodenfussball.de/>