

Trainingszeiten Saison 2010 / 11 KW 28 12.07 - 16.07.2010

Zeit	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag		
	Ost	SPZ	Ofra	Ost	SPZ	Ofra	Ost	SPZ	Ofra	Ost	SPZ	Ofra	Ost	SPZ	Ofra
15:00-15:30	Sport														
15:30-16:00	nach												15.45		
16:00-16:30	1												mB		
16:30-17:00	Turnier													E-Anf	
17:00-17:30													17.15		
17:30-18:00				mD				mA		mC			mA		
18:00-18:30	wD/wC/wB	mC			mC						wD/wC			mD	
18:30-19:00													18.45		
19:00-19:30				mB				wB		wA			H1		
19:30-20:00	wA														
20:00-20:30								H1							
20:30-21:00				H1				Spiel					H2/H3		
21:00-21:30	D1							gg Coburg			D1/D2			D1	
21:30-22:00				21.45									21.45		
MB							20.00-	21.30							
R II													17.00-18.30		
													Minis		

Trainingszeiten Saison 2010 / 11 KW 29 19.07 - 23.07.2010

Zeit	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag		
	Ost	SPZ	Ofra	Ost	SPZ	Ofra	Ost	SPZ	Ofra	Ost	SPZ	Ofra	Ost	SPZ	Ofra
15:00-15:30															
15:30-16:00													15.45		
16:00-16:30													mB		
16:30-17:00	E-Fortg.												E-Anf		
17:00-17:30													17.15		
17:30-18:00				mD				mA		mC			mA		
18:00-18:30	wD/wC/wB	mC			mC						wD/wC			mD	
18:30-19:00													18.45		
19:00-19:30				mB				wB		wA			H1		
19:30-20:00	wA														
20:00-20:30															
20:30-21:00				H1				H1					H2/H3		
21:00-21:30	D1										D1/D2			D1	
21:30-22:00				21.45									21.45		
MB							20.00-	21.30							
R II													17.00-18.30		
													Minis		

Trainingszeiten Saison 2010 / 11 KW 30 26.07 - 30.07.2010

Zeit	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag		
	Ost	SPZ	Ofra	Ost	SPZ	Ofra	Ost	SPZ	Ofra	Ost	SPZ	Ofra	Ost	SPZ	Ofra
15:00-15:30							SPZ geschlossen Grundreinigung			SPZ geschlossen Grundreinigung			SPZ geschlossen Grundreinigung		
15:30-16:00													15.45		
16:00-16:30													mB		
16:30-17:00	E-Fortg.														
17:00-17:30													17.15		
17:30-18:00				mD						mC			mA		
18:00-18:30	wD/wC/ wB	mC			mC										
18:30-19:00													18.45		
19:00-19:30				mB						wA			H2/H3		
19:30-20:00	wA														
20:00-20:30													H1		
20:30-21:00				H1									Spiel		
21:00-21:30	D1												gg Sulz- bach		
21:30-22:00				21.45									21.45		
MB							20.00-	21.30							
R II													17.00-18.30		
													Minis		

Trainingsplan Sommerferien 02.08. - 06.08.

Zeit	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
	Ost	SPZ	Ost	SPZ	Ost	SPZ	Ost	SPZ	Ost	SPZ
16:30-17:00							frei			
17:00-17:30	frei		frei		frei				frei	
17:30-18:00										
18:00-18:30	mC		wD/ wC		mC		mD		mB/ mA	
18:30-19:00										
19:00-19:30										
19:30-20:00	H2		wA		mB/ mA		D1		wB/ wA	
20:00-20:30										
20:30-21:00										
21:00-21:30	D1		D1		H2		D2		H2	
21:30-22:00										

Trainingsplan Sommerferien 09.08. - 13.08.

Zeit	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
	Ost	SPZ	Ost	SPZ	Ost	SPZ	Ost	SPZ	Ost	SPZ
15:30-16:00	FP		FP		FP		FP		FP	
16:00-16:30	HB		HB		HB		HB		HB	
16:30-17:00										
17:00-17:30										
17:30-18:00	mC		wD/ wC		mC		mD		mB/ mA	
18:00-18:30										
18:30-19:00										
19:00-19:30	H2		wA		mB/ mA				wB/ wA	
19:30-20:00							D1			
20:00-20:30										
20:30-21:00									H2	
21:00-21:30	D1		D1		H2			D2		
21:30-22:00										

Trainingsplan Sommerferien 16.08. - 20.08.

Zeit	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
	Ost	SPZ	Ost	SPZ	Ost	SPZ	Ost	SPZ	Ost	SPZ
16:30-17:00										
17:00-17:30	frei									
17:30-18:00			mD		mC		wB/ wA		mB/ mA	
18:00-18:30	mC									
18:30-19:00										
19:00-19:30			wD/ wC	wA	mB/ mA		D1		H1	
19:30-20:00	H1									
20:00-20:30										
20:30-21:00					H1					
21:00-21:30	D1		H2				H2		D1	
21:30-22:00										

Trainingsplan Sommerferien 23.08. - 27.08.

Zeit	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
	Ost	SPZ	Ost	SPZ	Ost	SPZ	Ost	SPZ	Ost	SPZ
16:00-16:30									frei	
16:30-17:00			mD						frei	
17:00-17:30							wB/wA			
17:30-18:00	mC				mC				mB/ mA	
18:00-18:30			wD/ wC							
18:30-19:00				frei						
19:00-19:30	wA			frei	mB/ mA		D1		H1	
19:30-20:00			H2	frei						
20:00-20:30										
20:30-21:00	H1				H1					
21:00-21:30			D1				H2		D1	
21:30-22:00										

Trainingsplan Sommerferien 30.08. - 03.09.

Zeit	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
	Ost	SPZ	Ost	SPZ	Ost	SPZ	Ost	SPZ	Ost	SPZ
16:00-16:30										
16:30-17:00			mD							
17:00-17:30							wB/wA			
17:30-18:00	mC				mC				mB/ mA	
18:00-18:30			wD/ wC							
18:30-19:00										
19:00-19:30	wA			D2	mB/ mA		D1		H1	
19:30-20:00			H2							
20:00-20:30										
20:30-21:00	H1				H1					
21:00-21:30			D1					H2	D1	
21:30-22:00										

Trainingsplan Sommerferien 06.09. - 10.09.

Zeit	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
	Ost	SPZ	Ost	SPZ	Ost	SPZ	Ost	SPZ	Ost	SPZ
15:30-16:00	FP		FP		FP		FP		FP	
16:00-16:30	HB		HB		HB		HB		HB	
16:30-17:00										
17:00-17:30										
17:30-18:00	mC		wD/ wC		mC		wB/ wA		mB/ mA	
18:00-18:30										
18:30-19:00										
19:00-19:30	wA		H2	D2	mB/ mA		D1		H1	
19:30-20:00										
20:00-20:30										
20:30-21:00	H1		D1		H1					
21:00-21:30							H2		D1	
21:30-22:00										