

Trainingsplan  
31.10.2011 bis 16.03.2012

Platz	Zeit	Montag	Zeit	Dienstag	Zeit	Mittwoch	Zeit	Donnerstag	Zeit	Freitag
Stadion Lichterfelde			19.30-21.00	1.Frauen	19.00-20.30	1.Herren	19.30-21.00	1.Herren	18.30-20.00	1.Herren
Platz 1 (KR)	16.00-17.30		16.00-17.30	TW-Training (17-18 Uhr)	16.00-17.30	TW-Training (bis 19 Uhr)	16.00-17.30	6.F / 7.F / 8.F / 6.G	16.00-17.30	TW-Training (17-18 Uhr) / 5.F / 9.F
	18.00-19.30	*** 5.D / 6.D / 7.D	18.00-19.30	5.C / 1.D (17-19 Uhr)	18.00-19.30	1.C / 1.D	18.00-19.30	5.C / C-Mädchen	18.00-19.45	1.B / 2.B
	19.30-21.30	1.Herren	19.30-21.30	** 1.A / ** Freizeit	19.30-21.30	1.Herren	19.30-21.30	3.A / Spiel 7er Alt		<del>Sportamt</del>
Platz 2 (KR)	16.00-17.30	5.G	16.00-17.30	2.G / 3.G	16.00-17.30	7.E / 4.G	16.00-17.30	3.F / 4.F / 1.G	16.00-17.30	3.D / 1.E
	18.00-19.30	2.D / B-Mädchen	18.00-19.30	2.Frauen / C-Mädchen	18.00-19.30	2.C / 2.B	18.00-19.30	3.C / 4.C	18.00-19.30	1.C / 2.C
	19.45-21.30	<del>Krone</del>	19.30-21.30	1.Frauen / 2.Herren	19.30-21.30	2.Herren	19.30-21.30	Altliga / 1.Frauen	19.30-21.30	* 1.Herren / * 1.Frauen
Osdorferstraße	16.00-18.00		16.00-18.15	1.E / 2.E	16.00-18.15	5.F	16.00-18.30	3.E / 4.E / 5.E	16.00-18.00	1.D / 2.D
		<del>Finanzsport</del>	18.15-19.45	1.B / 2.B	18.15-19.45	1.B	18.30-20.00	1.Herren		<del>BDKJ</del>
		<del>Sportamt</del>	19.45-21.30	1.Herren	19.45-21.30		20.00-21.30	1.A		<del>BDKJ</del>
Lippstädterstraße	16.00-18.15		16.00-18.15	D-Mädchen / ****4.D / 3.E / 5.E	16.00-18.15	2.E	16.00-18.30	5.D / 7.D / 1.F	16.00-18.15	6.E / 2.F
	18.15-19.45	3.C / 4.C	18.15-19.45	1.C / 2.C	18.15-19.45	3.B / 2.D	18.30-20.00	2.Frauen / 3.Frauen	18.15-19.45	3.B / B-Mädchen
	19.45-21.15	1.A	19.45-21.15	3.Herren / Senioren	19.45-21.15	2.A / 2.Frauen	20.00-21.30	3.Herren / Freizeit	19.45-21.15	* 1.A / 2.Herren
Käfig	16.00-17.30		16.00-17.30		16.00-17.30		16.00-17.30		16.00-17.30	4.D / D-Mädchen
	18.00-19.30		18.00-19.30	3.D	18.00-19.30		18.00-19.30	6.D	18.00-19.30	4.D / D-Mädchen
	19.30-21.30		19.30-21.30		19.30-21.30	Freizeit (Senioren)	19.30-21.30		19.30-21.30	
Leonorenstr.	19.45-21.15	2.A	18.00-20.00	3.A						

- \* Die 1.Herren achten bitte darauf, dass sie an den drei Tagen (Mi, Do, Fr) nur zwei Mal auf den Rasen dürfen.  
Wenn die 1.Herren nicht trainieren sollten oder definitiv auf den Rasen gehen, dann rückt die 1.A ins Stadion auf Platz 2.
- \*\* Wenn die 1.Frauen auf dem Rasen trainieren können, wechselt die Freizeit-Mannschaft auf Platz 2 und die 1.A hat einen ganzen Platz
- \*\*\* Teams wechseln sich im 14-Tage-Rhythmus mit der Zeit in der Halle (siehe Hallenplan) und auf dem Platz ab. Bitte selbständig untereinander absprechen.
- \*\*\*\* Teams wechseln sich mit Zeiten in der Halle (siehe Hallenplan) und auf dem Platz ab. Bitte selbständig untereinander absprechen.  
TW-Training von Frank Schulz, Mittwoch, 17-19 Uhr, Platz 1.

Stand: 26.10.2011