

## Trainingsplan Vorbereitung I. Herren SVH Saison 2011/2012

### Vorbereitung/Rückrunde

<u>Tag:</u>	<u>Datum:</u>	<u>Maßnahme:</u>	<u>Beginn:</u>
Sonntag	08.01.12	Turnier Nienhagen	10.00 Uhr
Samstag	21.01.12	evtl. Turnier Soccerpark	10.00 Uhr
Freitag	27.01.12	Trainingsauftakt	19.00 Uhr
Samstag	28.01.12	Training	14.00 Uhr
Sonntag	29.01.12	Training	15.00 Uhr
Dienstag	31.01.12	Training	19.00 Uhr
Freitag	03.02.12	Training	19.00 Uhr
Sonntag	05.02.12	<b>Spiel SV Altencelle I vs. SV Hambühren</b>	<b>14.00 Uhr</b>
Dienstag	07.02.12	Training	19.00 Uhr
Freitag	10.02.12	Training	19.00 Uhr
Samstag	11.02.12	<b>*Training/Spiel</b>	<b>folgt Uhr</b>
Sonntag	12.02.12	<b>*Training/Spiel</b>	<b>folgt Uhr</b>
Dienstag	14.02.12	Training	19.00 Uhr
Freitag	17.02.12	Training	19.00 Uhr
Sonntag	19.02.12	<b>Spiel Wohlenrode vs. SVH</b>	<b>14.00 Uhr</b>
Dienstag	21.02.12	Training	19.00 Uhr
Freitag	24.02.12	Training	19.00 Uhr
Sonntag	26.02.12	Punktspiel VFL Altenhagen vs. SVH	15.00 Uhr

### **Zu jedem Training sind Fußballschuhe und Laufschuhe mitzubringen.**

Anderungen behalte ich mir vor.

\*gegebenenfalls Training statt Spiel, evtl. Gegner werden noch mitgeteilt

**Bei Nichtteilnahme bitte ich um rechtzeitige Information unter: 0160/8830240**

**Büro:05141/985825 Privat 05084/981223**

**oder bei Uwe Bichelmeier 0173/9462313**

**e-mail: [ralph.schilling@online.de](mailto:ralph.schilling@online.de)**

Mit sportlichem Gruß Ralph Schilling