

Trainingsplan Wintervorbereitung 2015 TuS Glan-Münchweiler

Datum	Wochentag	Zeit	Training/Spiel
25.01.2015	Sonntag	13:00	Training
26.01.2015	Montag		
27.01.2015	Dienstag	19:00	Training
28.01.2015	Mittwoch	19:00	Training / Hallentraining
29.01.2015	Donnerstag		
30.01.2015	Freitag	19:00	Spiel gegen Erdesbach in Erdesbach, 18:00 Uhr Treffpunkt dort
31.01.2015	Samstag	15:00	Spiel gegen Mühlbach daheim, 14:00 Uhr Treffpunkt GLM
01.02.2015	Sonntag		
02.02.2015	Montag	19:00	Training
03.02.2015	Dienstag		
04.02.2015	Mittwoch	19:00	Training / Hallentraining
05.02.2015	Donnerstag		
06.02.2015	Freitag	19:00	Training
07.02.2015	Samstag	13:00	Fitnessstudio Spezialtraining
08.02.2015	Sonntag		
09.02.2015	Montag	19:00	Training
10.02.2015	Dienstag		
11.02.2015	Mittwoch	19:00	Training / Hallentraining
12.02.2015	Donnerstag		
13.02.2015	Freitag	19:00	Training
14.02.2015	Samstag	15:00	3er Turnier in Baumholder gegen VFR Baumholder und SV Medard
15.02.2015	Sonntag		
16.02.2015	Montag		
17.02.2015	Dienstag	19:00	Training
18.02.2015	Mittwoch	19:00	Training / Hallentraining
19.02.2015	Donnerstag		
20.02.2015	Freitag	18:00	Fitnessstudio Spinning
21.02.2015	Samstag		
22.02.2015	Sonntag	16:00	Spiel gegen Ulmet daheim, 15:00 Treffpunkt GLM
23.02.2015	Montag	19:00	Training
24.02.2015	Dienstag		
25.02.2015	Mittwoch	19:00	Training
26.02.2015	Donnerstag		
27.02.2015	Freitag	19:00	Training
28.02.2015	Samstag		
01.03.2015	Sonntag	14:00	Rundenspiel gegen Nanzdietschweiler II, Treffpunkt 12:45 Uhr dort
02.03.2015	Montag		
Trainer: Andre Reidenbach <i>Bei jedem Training sind Lauf- und Fußballschuhe mitzubringen!</i> Tel: 0631 41257125 Mobil: 0157 87301787			