

Vorbereitungsplan ASV Hagsfeld Frauen

	Tag	Datum	Ereignis/Spiel	Uhrzeit
	Sonntag	8/7/18	Teamsitzung + Training	12.00 Uhr
1.Woche	Dienstag	10/7/18	Training	19.30 Uhr
	Mittwoch	11/7/18	Training	19.30 Uhr
	Samstag	14/7/18	Training	12.30 Uhr
2.Woche	Mittwoch	18/7/18	Training	19.30 Uhr
	Freitag	20/7/18	Beginn Trainingslager	19.30 Uhr
	Samstag	21/7/18	1. Trainingseinheit	09.00 Uhr
	Samstag	21/7/18	2. Trainingseinheit	12.30 Uhr
	Samstag	21/7/18	3. Trainingseinheit danach grillen	17.00 Uhr
	Sonntag	22/7/18	1. Trainingseinheit	09.00 Uhr
	Sonntag	22/7/18	2. Trainingseinheit	12.30 Uhr
	Sonntag	22/7/18	3. Trainingseinheit	17.00 Uhr
3.Woche	Mittwoch	25/7/18	Training	19.30 Uhr
	Freitag	27/7/18	Training	19.30 Uhr
	Samstag oder Sonntag		Training	12.30 Uhr
4.Woche	Dienstag	31/7/18	Training	19.30 Uhr
	Mittwoch	1/8/18	Training	19.30 Uhr
	Samstag	4/8/18	Training	12.30 Uhr
5.Woche	Dienstag	7/8/18	Training	19.30 Uhr
	Mittwoch	8/8/18	Training	19.30 Uhr
	Freitag	10/8/18	Training	19.30 Uhr
6.Woche	Mittwoch	15/8/18	Training	19.30 Uhr
	Freitag	17/8/18	Training	19.30 Uhr
	Samstag	18/8/18	Training	12.30 Uhr
7.Woche	Montag	20/8/18	Training	19.30 Uhr
	Mittwoch	22/8/18	Training	19.30 Uhr
	Freitag	24/8/18	Training	19.30 Uhr
8.Woche			danach Kabinenfest	
	Mittwoch	29/8/18	Training	19.30 Uhr
	Freitag	31/8/18	Training	19.30 Uhr
	Samstag		1. Pokalrunde	

Abmeldung ist nur gültig über die App (Mein Team) und über Klaus, Stefan oder über mich. An den Tagen wo Training dabei steht haben wir eventuell, anstatt Training, ein Testspiel. Zur jeder Trainingseinheit ist es **Pflicht Lauf – und Kickschuhe mit zunehmen!!!!**
 Trainingslager ist mit Übernachtung. **Ebenfalls ist die Übernachtung Pflicht.**