Trainingsplan JSG OWA

Corona-Belegung

Sportplatz Ottfingen													
	Moi	ntag	Dier	ıstag	Mitty	woch	Donn	erstag	Fre	itag		Sam	stag
Beginn	1/2 Platz	1/2 Platz	1/2 Platz	1/2 Platz	1/2 Platz	Beginn	1/2 Platz	1/2 Platz					
16.00 -											11.00 -		
16.30											12.00		
16.30 -											12.00 -		
17.00											13.00		
17.00 -											13.00 -		
17.30											14.00		
17.30 -	G1 SVO		C2		D2 + D3		E1 + E2		F1		14.00 -		
18.00	G1 3VO		JSG OWA		JSG OWA		SVO		SVO		15.00		
18.00 -											15.00 -		
18.30											16.00		
18.30 -													
18.45						Wechselzei	t zu Senioren	training					

	Mor	ntag	Dien	ıstag	Mitt	woch	Donn	erstag	Fre	itag	T	Sam	stag
Beginn	1/2 Platz	1/2 Platz	1/2 Platz	1/2 Platz	1/2 Platz	1/2 Platz	1/2 Platz	1/2 Platz	1/2 Platz	1/2 Platz	Beginn	1/2 Platz	1/2 Platz
16.00 -		±, = 1 .0.0±		2, 2			2/21.002	1/2 : : : : : :			11.00 -		2, 2
16.30											12.00	F2 JSG	
16.30 -											12.00 -	Altenhof /	
17.00											13.00	Wenden	
17.00 -											13.00 -		
17.30	C1 ICC						E1 JSG				14.00		
17.30 17.30 -	G1 JSG		C1				Altenhof/				14.00 -		
18.00 -	Altenhof/ Wenden		JSG OWA				Wenden				15.00		
18.00 -	wenden										15.00 -		
18.30											16.00		
18.30 -													
18.45						Wechselzei	t zu Senioren	training					

Sportpla	tz Altenhof										, .		
	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag			Samstag	
Beginn	1/2 Platz	1/2 Platz	1/2 Platz	1/2 Platz	1/2 Platz	1/2 Platz	1/2 Platz	1/2 Platz	1/2 Platz	1/2 Platz	Beginn	1/2 Platz	1/2 Platz
16.00 - 16.30											11.00 - 12.00	F1 JSG Altenhof /	
16.30 - 17.00							E2 JSG				12.00 - 13.00	Wenden	
17.00 - 17.30							Altenhof/ Wenden				13.00 - 14.00		
17.30 - 18.00			D1 JSG OWA		JSG OWA		Wenden				14.00 - 15.00		
18.00 - 18.30											15.00 - 16.00		
18.30 - 18.45	Wechselzeit zu Seniorentraining									Wechsel	zu Seniore	entraining	
18.45- 19.00							B1						
19.00 - 19.30							JSG OWA						
19.30 - 20.00													

