

## Trainingsplan Spvgg Cochem bzw. JSG Cochem Hinrunde 2018/19

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
19:00 – 20:30 Uhr Ernst A-Jugend	16:30 – 17:30 Uhr Cochem Bambini	17:30 – 19:00 Uhr Ernst E – F-Jugend	17:30-19:00 Uhr Cochem C-Jugend	16:30 – 19:00 Uhr Ernst Jugendspiele
19:30 -21:00 Uhr Cochem Männer	17:30 – 19:00 Uhr Cochem E und F-Jugend	18:00 – 19:30 Uhr Cochem B-Jugend	18:15 – 19:45 Uhr Cochem D-Jugend bis Mitte September dann 17:30 Uhr Ernst	18:00 – 19:30 Uhr Cochem B-Jugend
	17:30 – 19:00 Uhr Ernst C-Jugend	19:30 – 21:00 Uhr Cochem 1. Männer	19:30 – 21:00 Uhr Cochem A-Jugend bis Mitte September dann 19:00 Uhr	19:00 – 20:30 Uhr Ernst Frauen
	18:15 – 19:45 Uhr Cochem D-Jugend bis Mitte September dann 17:30 Uhr	19:30 – 21:00 Uhr Ernst 2. Männer	20:45-21:45 Uhr AH bis Mitte September dann 20:30 Uhr	19:30 – 21:00 Uhr Cochem 1. Männer
	19:00 – 20:30 Uhr Ernst Frauen			20:00 – 21:30 Uhr Ernst 2. Männer
	19:30 – 21:00 Uhr Cochem A-Jugend bis Mitte September dann 19:00 Uhr			

Trainingsplan Gültigkeit ab 06.08.18

verlegte Spiele bitte auf Trainingszeiten legen wenn möglich, in Absprache mit A. Heyl/D. Nicolay/H. Ahler/Ernst und Trainingsplatzpartner