

Trainingsplan Wintervorbereitung 2019 Cochem

Januar

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
31.12.	01.01.	02.01.	03.01.	04.01.	05.01.	06.01.
07.01.	08.01.	09.01.	10.01. 17:30 C-Jgd. 20:30 AH	11.01. 19:00 Frauen 20.30 AH	12.01.	13.01.
14.01.	15.01. 17:30 D-Jgd. 19:00 Frauen	16.01.	17.01. 17:30 C-Jgd. 20:30 AH	18.01. 19:00 Frauen	19.01.	20.01.
21.01.	22.01. 17:30 D-Jgd. 19:00 Frauen	23.01.	24.01. 17:30 C-Jgd. 20:30 AH	25.01. 19:00 Frauen	26.01.	27.01.
28.01.	29.01. 17:30 D-Jgd. 19:00 Frauen 19:30 A-Jgd.	30.01. 18:00 B-Jgd.	31.01. 17:30 C-Jgd. 19:00 A-Jgd. 19:00 Frauen 20:30 AH			

Februar

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
				01.02. 19:00 Frauen 19:30 1.Männer	02.02. 15:00 1.Männer 17:15 A-Jgd.???	03.02.
04.02. 19:00 A-Jgd 19:30 1.Männer	05.02. 17:30 D-Jgd. 19:00 Frauen 19:30 A-Jgd.	06.02. 18:00 B-Jgd. 19:30 1.Männer 19:30 2.Männer	07.02. 17:30 C-Jgd. 19:00 A-Jgd. 19:30 1.Männer 20:30 AH	08.02. 18:00 B-Jgd. 18:30 Frauen 19:30 1.Männer 19:30 2.Männer	09.02. 13:30 2.Männer 16:00 A-Jgd. 18:00 1. Männer	10.02.
11.02. 19:00 A-Jgd. 19:30 1.Männer 19:30 2.Männer	12.02. 17:30 D-Jgd. 17:30 C-Jgd. 19:00 Frauen 19:30 A-Jgd.	13.02. 18:00 B-Jgd. 19:30 1.Männer 19:30 2.Männer	14.02. 17:30 D-Jgd. 17:30 C-Jgd. 19:00 A-Jgd. 19:30 1. Männer 20:30 AH	15.02. 18:00 B-Jgd. 18:30 Frauen 19:30 1.Männer 19:30 2.Männer	16.02. 14:00 1.Männer 16:30 A-Jgd.???	17.02. 17:00 Frauen
18.02. 19:00 A-Jgd. 19:30 1.Männer 19:30 2.Männer	19.02. 17:30 D-Jgd. 17:30 C-Jgd. 19:00 Frauen 19:30 A-Jgd.	20.02. 18:00 B-Jgd. 19:30 1.Männer 19:30 2.Männer	21.02. 17:30 D-Jgd. 17:30 C-Jgd. 19:00 A-Jgd. 19:30 1.Männer 20:30 AH	22.02. 18:00 B-Jgd. 19:00 Frauen 19:30 2.Männer	23.02. 12:00 A-Jgd.	24.02. 14:00 2.Männer
25.02. 19:00 A-Jgd. 19:30 1.Männer 19:30 2.Männer	26.02. 17:00 D-Jgd. 17:00 C-Jgd. 18:30 Frauen 19:00 A-Jgd. 19:30 1.Männer	27.02. 17:30 F-u.E-Jgd. 18:00 B-Jgd. 19:30 1. Männer 19:30 2. Männer	28.02. 17:30 D-Jgd. 17:30 C-Jgd. 20:30 AH			

März

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
				01.03. 17:00 A-Jgd. 18:00 B-Jgd. 18:30 Frauen 19:30 1.Männer 19:30 2.Männer	02.03. 11:00 A-Jgd.-1.Mä.	03.03. 1. PSP C-Jgd.
04.03.	05.03. 17:00 D-Jgd. 17:00 C-Jgd. 18:30 Frauen 19:00 A-Jgd. 19:30 1.Männer	06.03. 17:30 F-u. E-Jgd. 18:00 B-Jgd. 19:30 1.Männer 19:30 2.Männer	07.03. 17:30 D-Jgd. 17:30 C-Jgd. 19:00 A-Jgd. 19:30 1.Männer 20:30 AH	08.03. 17.00 F/E Spiele??? 18:00 B-Jgd. 18:30 Frauen 19:30 1.Männer 19:30 2.Männer	09.03. 1. PSP D-Jgd. 13??? 1. PSP B-Jgd. 15 1. PSP A-Jgd. 17	10.03. 13:00 2.Männer 1. PSP Frauen 16:30
11.03.	12.03.	13.03.	14.03.	15.03.	16.03.	17.03. 1. PSP 1. Männer 2. PSP 2. Männer
18.03.	19.03.	20.03.	21.03.	22.03.	23.03.	24.03.
25.03.	26.03.	27.03.	28.03.	29.03.	30.03.	31.03.

