


# KW50 - (10.12. - 16.12.2018) Trainingsplan Nachwuchs **HERNER EV**

Datum	Tag	Mannschaft	ICE	OFF ICE	ORT	KABINE
10	Montag					
	Laufschule	15:45 - 16:45	x	Gysenberg	R	
	U9	15:45 - 16:45	x	Gysenberg	C	
	U11	17:00 - 18:00	X	Gysenberg	A+B	
	U13	18:15 - 19:30	17:00 -18:00	Gysenberg	R	
	U15	18:15 - 19:30	17:00 -18:00	Gysenberg	R	
	U17	19:45 - 20:45	18:15 - 19:30	Gysenberg	C	
	Hobby	21:00 - 22:00	x	Gysenberg	A+B	
	1. Mannschaft	x	x	Gysenberg		
11	Dienstag					
	Skills für alle	14:45 - 15:45	x	Gysenberg	B	
	U13	15:45 - 17:00	17:15 - 18:30	Gysenberg	C	
	U15	18:45 - 19:45	17:15 - 18:30	Gysenberg	C	
	1B+U20	20:00 - 21:00	x	Gysenberg	A+B	
	Hobby	21:15 - 22:15	x	Gysenberg	C	
	1. Mannschaft	17:15 -18:30	x	x		
12	Mittwoch					
	U11	15:45 - 16:45	x	Gysenberg	A+B	
	U7	16:45 - 17:45	x	Gysenberg	R	
	U9	16:45 - 17:45	x	Gysenberg	C	
	U13	19:30 - 20:45	18:00 - 19:15	Gysenberg	A+B	
	U15	19:30 - 20:45	18:00 - 19:15	Gysenberg	A+B	
	1B+U20	21:00 - 22:00	x	Gysenberg	C	
	1. Mannschaft	18:00 - 19:15	x	Gysenberg		
13	Donnerstag					
	U11	15:00 - 16:00	x	Gysenberg	A+B	
	Publikumslauf	16:00 -18:00				
	U17	19:45 - 20:45	x	Gysenberg	C	
	1B+U20	21:00 - 22:00	x	Gysenberg	A+B	
	1. Mannschaft	18:15 - 19:30	x	Gysenberg		
14	Freitag					
	U13 + Skills für Alle	14:45 - 16:00	x	Gysenberg	B	
	Publikumslauf	16:00 -18:00				
	U15	18:00 - 19:15	x	Gysenberg	R	
	U20	20:00 Spiel	Hamm	Gysenberg	C	
	1. Mannschaft	20:00 Spiel	AUSW	Hannover Skorp		
15	Samstag					
	Torwarttraining	8:45 - 9:45	x	Gysenberg	A	
	U7	18:15 Turnier	Ausw	Ratingen		
	U9	9:45 - 10:45	x	Gysenberg	C	
	Laufschule	9:45 - 10:45	x	Gysenberg	R	
	U11A	16:00	AUSW	Köln		
	1. Mannschaft	11:00 - 11:45				
16	Sonntag					
	U11B	08:00	Turnier	Gysenberg		
	U13	17:30 Spiel	AUSW	Duisburg		
	1. Mannschaft	18:30 Spiel	Tilburg	Gysenberg		