


KW7 - 11.2. - 17.2.2019 Trainingsplan Nachwuchs **HERNER EV**

Datum	Tag	Mannschaft	ICE	OFF ICE	ORT	KABINE
11	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	x	Gysenberg	C	
	Hobby	21:00 - 22:00	x	Gysenberg	A+B	
	1. Mannschaft	x	x	Gysenberg		
12	Dienstag					
	Skills für alle	14:45 - 15:45	x	Gysenberg	C	
	U13 + U15	15:45 - 17:00	17:15 - 18:30	Gysenberg	A	
	U17	18:45 - 19:45	x	Gysenberg	C	
	1B+U20	20:00 - 21:00	x	Gysenberg	A+B	
		21:15 - 22:15	x	Gysenberg	C	
	1. Mannschaft	17:15 - 18:30	x	x		
13	Mittwoch					
	U7	15:45 - 16:45	x	Gysenberg	R	
	U9	15:45 - 16:45	x	Gysenberg	C	
	U11	16:45 - 17:45	x	Gysenberg	A+B	
	1B+U20	19:30 - 20:45	x	Gysenberg	A+B	
	Hobby	21:00 - 22:00	x	Gysenberg	C	
	1. Mannschaft	18:00 - 19:15	x	Gysenberg		
14	Donnerstag					
	U11	14.45 - 15.45	x	Gysenberg	A+B	
	Publikumslauf	16:00 -18:00				
	U17	19:30 - 20:30	x	Gysenberg	C	
	1B+U20	20:45 - 21:45	x	Gysenberg	A+B	
	1. Mannschaft	18:15 - 19:15	x	Gysenberg		
15	Freitag					
	Skills für alle	14:45 - 15:45	x	Gysenberg	B	
	Publikumslauf	16:00 -18:00				
	U13 + U15	18.15 -19.15	x	Gysenberg	A+B	
		19.30 - 20.30	x	Gysenberg	C	
	1. Mannschaft	20:00 Spiel	Ausw	Halle		
16	Samstag					
	Torwarttraining	8:45 - 9:45	x	Gysenberg	A	
	U7	8:45 - 9:45	x	Gysenberg	B	
	U9	12:15 Turnier	Ausw	Dinslaken		
	U11A	9:45 Turnier	Ausw	Iserlohn		
	Laufschule	9:45 - 10:45	x	Gysenberg	R	
	1B	20:00 Spiel	Ausw	Ratingen		
	1. Mannschaft	11:00 - 11:45				
17	Sonntag					
	U13	8:00 Spiel	Duisburg	Gysenberg		
	U17	7:30 Spiel	Ausw	Grefrather		
	1B	18:00 Spiel	Ausw	Moers		
	1. Mannschaft	18:30 Spiel	Black Dragons	Gysenberg		