


KW47 21.11. - 27.11.2022 Trainingsplan Nachwuchs **HERNER EV**

Datum	Tag	Mannschaft	ICE	OFF ICE	ORT	Kabine
21	Montag					
	U7 + Anfänger U9	15:15 - 16:15	x		C	
	U11	16:15 - 17:15	x		A	
	U13	17:30 - 18:30	18:45 - 19:30		5	
	U20 + U17	18:45 - 19:45	x		2 + 3	
	Hobby	20:00 - 21:15	x		A	
22	Dienstag					
	U9 + Laufschiule	15:00 - 16:00	x		C + R	
	U13	16:15 - 17:15	x		5	
	U15	17:15 - 18:30	18:45 - 19:45		4	
	U17 + U15	18:45 - 19:45	17:30 - 18:30		3 + 4	
	1B	20:00 - 21:00	x		1	
23	Mittwoch					
	U7 + U9	15:00 - 16:00	x		C + A	
	U15	16:15 - 17:30	x		4	
	U11 + U13	17:45 - 18:45	19:00 - 19:45		A + 5	
	U20 + U17	19:00 - 20:00	x		2 + 3	
	Hobby	20:15 - 21:15	x		A	
24	Donnerstag					
	U9	15:00 - 16:00	x		C	
	U11	16:00 - 17:15	x		A	
	1.Mannschaft	17:30 - 18:45	x			
	U17 + U15	19:00 - 20:00	x		3 + 4	
	1B	20:15 - 21:15	x		1	
25	Freitag					
	U15	14:45 - 15:45	x		4	
	U13 A	19:30 Spiel	Iserlohn	Auswärts		
	U17	20:15 Spiel	Berg. Gladbach	Auswärts		
	1.Mannschaft	20:00 Spiel	Diez	Gysenberg		
26	Samstag					
	U7 + TW bis U11	08:45 - 09:45	x		A	
	U13 + TW ab U13	09:45 - 11:00	x		5	
	1.Mannschaft	11:15 - 12:15	x			
	Laufschiule	12:30 - 13:30	x		R	
	U9	18:00 Spiel	Ratingen	Auswärts		
27	Sonntag					
	U13 A	09:30 Spiel	Darmstadt	Gysenberg		
	U15 B	17:30 Spiel	Hamm	Gysenberg		
	1.Mannschaft	18:30 Spiel	Hamm	Auswärts		