

Vorbereitungsplan 1. Mannschaft Saison 2018/19

Datum	Tag	Was liegt an	Uhrzeit
05.07.18	Donnerstag	Trainingsauftakt	19.00 – 21.00 Uhr
06.07.18	Freitag	Training	18.30 – 20.00 Uhr
07.07.18	Samstag	Training Training Wasserski fahren in Hamm	10.30 – 12.00 Uhr 14.30 – 17.00 Uhr 20.00 – 22.00 Uhr
08.07.18	Sonntag		
09.07.18	Montag	Training	19.00 – 21.00 Uhr
10.07.18	Dienstag	Spiel gegen Spv. Vreden II (Heim)	Anstoß 19.45 Uhr
11.07.18	Mittwoch		
12.07.18	Donnerstag	Training	19.00 – 21.00 Uhr
13.07.18	Freitag	Training	18.30 – 20.00 Uhr
14.07.18	Samstag		
15.07.18	Sonntag	Spiel gegen SV Brackel 06 II (Heim)	Anstoß 13:00 Uhr
16.07.18	Montag	Training	19.00 – 21.00 Uhr
17.07.18	Dienstag	Spiel gegen SC Reken (Heim)	Anstoß 19.30 Uhr
18.07.18	Mittwoch		
19.07.18	Donnerstag	Training	19.00 – 21.00 Uhr
20.07.18	Freitag	Training	18.45 – 20.15 Uhr
21.07.18	Samstag	Spiel gegen Vorwärts Epe II (Heim)	Anstoß 16:00 Uhr
22.07.18	Sonntag		
23.07.18	Montag		
24.07.18	Dienstag		
25.07.18	Mittwoch	Training	19.00 – 21.00 Uhr
26.07.18	Donnerstag	Spiel gegen Borussia Darup II (Auswärts)	Anstoß 19.45 Uhr
27.07.18	Freitag	Training	19:00 – 21:00 Uhr
28.07.18	Samstag		
29.07.18	Sonntag	Pokalspiel gegen DJK VfL Billerbeck (Heim)	Anstoß 15.00 Uhr
30.07.18	Montag		
31.07.18	Dienstag	Training	19.00 – 21.00 Uhr
01.08.18	Mittwoch		
02.08.18	Donnerstag	Training	19.00 – 21.00 Uhr
03.08.18	Freitag	Training	18.30 – 20.00 Uhr
04.08.18	Samstag		
05.08.18	Sonntag	Pokal 2. Runde oder Freundschaftsspiel	Anstoß 15.00 Uhr
06.08.18	Montag		
07.08.18	Dienstag	Spiel gegen SV Heek (Heim)	Anstoß 19.30 Uhr
08.08.18	Mittwoch		
09.08.18	Donnerstag	Training	19.00 – 21.00 Uhr
10.08.18	Freitag	Training Anschließend Grillen am Platz	18.30 – 19.30 Uhr Ab 20 Uhr
11.08.18	Samstag		
12.08.18	Sonntag	1. Meisterschaftsspiel	
13.08.18	Montag		
14.08.18	Dienstag	Training	19.00 – 21.00 Uhr
15.08.18	Mittwoch		
16.08.18	Donnerstag	Training	19.00 – 21.00 Uhr
17.08.18	Freitag	Training	18.30 – 20.00 Uhr
18.08.18	Samstag		
19.08.18	Sonntag	2. Meisterschaftsspiel	

--- Laufschuhe sind bei jeder Einheit dabei ---