

Trainingsplan 1.FC Rechberghausen

gültig ab Juli 2019

Stand : 26.05.2019

Montag	16:30	16:45	17:00	17:15	17.30	17.45	18.00	18.15	18.30	18.45	19.00	19.15	19.30	19.45	20.00	20.15	20.30	20.45	21.00	
linke Platzhälfte					Bambini 17:30 - 18:30					B-Junioren 19:00 - 20:30										
rechte Platzhälfte					D1-Junioren 17:30 - 19:00					A-Junioren 19:00 - 20:30										
Dienstag					17.30	17.45	18.00	18.15	18.30	18.45	19.00	19.15	19.30	19.45	20.00	20.15	20.30	20.45	21.00	
linke Platzhälfte					E1 Jugend 17:30 -19:00					Aktive ab 19:00 - 21:00										
rechte Platzhälfte									C-Junioren 18:30 - 20:00											
Mittwoch					17.30	17.45	18.00	18.15	18.30	18.45	19.00	19.15	19.30	19.45	20.00	20.15	20.30	20.45	21.00	
1. u. 2. Drittel					D2-Junioren 17:30 - 19:00					B-Junioren 19:00 - 20:30										
3. Drittel					F1 F2 Jugend 17:30 - 19:00					A-Junioren 19:00 - 20:30										
Donnerstag					17.30	17.45	18.00	18.15	18.30	18.45	19.00	19.15	19.30	19.45	20.00	20.15	20.30	20.45	21.00	
linke Platzhälfte					E1 Jugend 17:30 -19:00					C-Junioren 19:00 - 20:30										
rechte Platzhälfte					D1-Junioren 17:30 - 19:00									AH 20:00 - 21:30						
Freitag	16:30	16:45	17:00	17:15	17.30	17.45	18.00	18.15	18.30	18.45	19.00	19.15	19.30	19.45	20.00	20.15	20.30	20.45	21.00	
linke Platzhälfte					D2-Junioren 17:30 - 19:00					Aktive ab (19:00) 19:30 - 21:00										
rechte Platzhälfte	F1 Jugend 16:30 - 18:00			F2 Jugend ab 17:30 - 19:00					Aktive ab (19:00) 19:30 - 21:00											