



Sommer-Trainingsplan 2015/16

Sommer-Vorbereitungsplan DJK Thanndorf Saison 2015/2016	Tag	Beginn	Spiel/Training	Spielort
	14. Jun.	17 Uhr	Trainervorstellung	Vereinsheim Thanndorf
	15. Jun.		selbstständige Laufeinheit (35min)	
	16. Jun.			
	17. Jun.		selbstständige Laufeinheit (40min)	
	18. Jun.			
	19. Jun.		selbstständige Laufeinheit (45min)	
	20. Jun.			
	21. Jun.			
	22. Jun.	19 Uhr	Trainingsauftakt	Thanndorf
	23. Jun.			
	24. Jun.	19 Uhr	Training	Thanndorf
	25. Jun.			
	26. Jun.	19 Uhr	Training mit Spielerversammlung	Thanndorf
	27. Jun.	13:30 Uhr	Spiel DJK I gegen Eggenfelden II danach Eggenfelden I gegen TSV 1860 München II	Eggenfelden
	28. Jun.			
	29. Jun.	19 Uhr	Training	Thanndorf
	30. Jun.			
	1. Jul.	19 Uhr	Training	Thanndorf
	2. Jul.			
3. Jul.	19 Uhr	Spiel DJK I gegen FC Vilshofen I	Thanndorf	
4. Jul.				
5. Jul.	15/17 Uhr	Spiel gegen Wallerfing I+II	Thanndorf	
6. Jul.				
7. Jul.	19 Uhr	Training	Thanndorf	
8. Jul.	19 Uhr	Training	Thanndorf	
9. Jul.				
10. Jul.	19 Uhr	Training mit Spielerversammlung	Thanndorf	
11. Jul.	18 Uhr	Freibachtalfest (Sonntag DJK I gegen DJK-SV Peterskirchen I)		
12. Jul.				
13. Jul.				
14. Jul.	19 Uhr	Training	Thanndorf	
15. Jul.				
16. Jul.	19 Uhr	Training mit Spielerversammlung	Thanndorf	
17. Jul.				
18. Jul.	15/17 Uhr	Spiel gegen TSV Eichendorf I+II	Eichendorf	

Zur Vorbereitung auf das Training muss jeder Spieler um **18.50 Uhr** auf dem Trainingsplatz sein.

Coach



Rückseite



Sommer-Trainingsplan 2015/16

Sommer-Vorbereitungsplan DJK Thanndorf Saison 2015/2016

Tag	Beginn	Spiel/Training	Spielort
19. Jul.			
20. Jul.	19 Uhr	Training	Thanndorf
21. Jul.			
22. Jul.	19 Uhr	Training	Thanndorf
23. Jul.			
24. Jul.	19 Uhr	Training mit Spielerversammlung	Thanndorf
25. Jul.			
26. Jul.	offen	Punktspielstart	offen
Bei Verhinderung telefonisch (0175/3651918 od. 08735/9395797) 2 Std vor Trainingsbeginn bei mir abmelden.			
Bitte für alle Einheiten die Laufschuhe mitnehmen!!! vorläufiger Trainingsplan/Änderungen vorbehalten!!!			
Abmeldungen für Spätschicht/Schule/Studium bitte per SMS/WhatsApp Nachricht an mich. Oder einfach am Spieltag davor persönlich zu mir kommen. Wenn trotz der Spätschicht/Schule/Studium jemand ins Training kommt, bitte auch Bescheid geben. Nur dann ist ein optimaler Trainingsablauf möglich.			

Zur Vorbereitung auf das Training muss jeder Spieler um **18.50 Uhr** auf dem Trainingsplatz sein.

Coach