

SG Bornheim Grün-Weiss Trainingsplan Saison 2019-2020

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
14.00-15.30 Helmholtz Kabine 1			14.00-15.30 Helmholtz Kabine 1	
15.30-17.00 U10 2009+10 Kabine 2 rechts	15.30-17.00 Bambinis 2013 Kabine 4 links	16.00-17.15 U12 2007+08 Kabine 4 links	16.00-17.15 E1+E2 2009 Kabine 2 rechts	16.00-17.30 E3+E4 2010 Kabine 4 links
16.00-17.15 U12 2007+08 Kabine 4 links	15.30-17.00 E1+E2 2009 Kabine 2 rechts	16.00-17.30 F3+F4 2012 Kabine 2 rechts	16.00-17.15 D2 2008 Kabine 4 links	16.00-17.30 F1+F2 2011 Kabine 2 rechts
17.00-18.30 C2 2006 Kabine 3 links	17.00-18.30 D2 2008 Kabine 3 links	17.15-18.30 D1 2007 Kabine 3 links	17.15-18.30 C2 2006 Kabine 3 links	17.30-19.00 D1 2007 Kabine 3 links
17.15-18.30 U14 2005+06 Kabine 1 rechts	17.00-18.30 C1 2005 Kabine 1 rechts	17.30-19.00 U14 2005+06 Kabine 1 rechts	17.15-18.30 C1 2005 Kabine 1 rechts	17.30-19.00 C1 2005 Kabine 1 rechts
18.30-20.00 B2 2003+04 Kabine 2 links	18.30-20.00 B1 2003+04 Kabine 2 links	18.30-20.00 B2 2003+04 Kabine 2 links	18.30-19.45 B1 2003+04 Kabine 2 links	19.00-20.30 B1 2003+04 Kabine 2 links
18.30-20.00 U16 2003+04 Kabine 4 rechts	18.30-20.00 A-Jgd 2001+02 Kabine 4 rechts	19.00-20.30 A-Jgd 2001+02 Kabine 4 rechts	18.30-19.45 U16 2003+04 Kabine 4 rechts	19.00-20.30 A-Jgd 2001+02 Kabine 4 rechts
20.00-22.00 1.Frauen Kabine 3 links	20.00-22.00 1.+2. Herren Kabine 1+3	20.00-22.00 1.+2. Frauen Kabine 3+4 links	19.45-22.00 1.+2. Herren Kabine 1+3	20.30-22.00 1. Frauen Kabine 3 rechts
20.00-22.00 2.Frauen Kabine 1 rechts		20.30-22.00 Soma Kabine 1 rechts		20.30-22.00 1. Herren Kabine 1 links

Trainingsplan Kleinfeld

15.30-17.00 F3+F4 2012 Container	15.30-17.00 F1+F2 2011 Container	15.30-17.00 E3+E4 2010 Container	15.30-17.00 U8 2010 Container	15.30-17.00 Kleine Bernemer Container
17.00-19.00 F3+F4 2012 Container	17.00-18.30 F1+F2 2011 Container	17.00-18.30 E3+E4 2010 Container	17.00-18.30 U10 2009+10 Container	17.00-18.30 Bambinis 2013 Container
19.00-22.00 1.Frauen Kabine 1+3	18.30-20.00 Fördertraining	18.30-22.00 1.+2. Frauen Kabine 3+4	18.30-20.00 B2 2003+04 Container links	19.30-20.30 1. Frauen Kabine 3
	20.00-22.00 1.+2. Herren Kabine 1+3		20.00-22.00 1. Herren Kabine 1	