

# Trainingsplan ab 08/2020

## TuS Dassendorf Kunstrasen

von	bis	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
15.00	15.30					1.F
15.30	16.00					1.F
16.00	16.30					1.F
16.30	17.00	2.F			2.F	
17.00	17.30	2.F	C-Mäd.	1.E / 1.D	2.F / 2.E	1.E / 1.D / 2.D
17.30	18.00	2.F	C-Mäd. / ab 17.45 FS	1.E / 1.D / 2.D	2.F / 2.E	1.E / 1.D / 2.D
18.00	18.30	1.C / 2.C	C-Mäd. / FS	1.E / 1.D / 2.D	2.E	1.E / 1.D / 2.D
18.30	19.00	1.C / 2.C	FS	2.D	ab 18.45 Liga	
19.00	19.30	1.C / 2.C	Liga / 2.Herren	1.Damen	oder 2.Herren	
19.30	20.00	1.Damen	Liga / 2.Herren	1.Damen	ab 19.30	
20.00	20.30	1.Damen	Liga / 2.Herren	1.Damen		
20.30	21.00	1.Damen				

## TuS Dassendorf Rasen

Stunde	Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
15.00	15.30					
15.30	16.00					
16.00	16.30					
16.30	17.00					
17.00	17.30	2.E	1.G / 1.F		C-Mädchen	
17.30	18.00	2.E	1.G / 1.F	1.C / 2.C	C-Mädchen	
18.00	18.30	2.E	1.G / 1.F	1.C / 2.C	C-Mädchen	
18.30	19.00			1.C / 2.C	ab 18.45 Liga	Liga
19.00	19.30	Liga	Liga / 2.Herren	SuperSenioren	oder 2.Herren	Liga
19.30	20.00	Liga	Liga / 2.Herren	SuperSenioren	ab 19.30	Liga
20.00	20.30	Liga	Liga / 2.Herren	SuperSenioren		
20.30	21.00					