

Trainingsplan Sportanlage Rollsportstadion

SAISON 18/19

(Stand 14.12.18)

Montag	19/I	19/II	20/I	20/II	21/I	21/II	22/I	22/II
16.30 -17.00					U60 4.C	U60 3.E	U60 2.E	U60 4.E
17.00 -17.30								
17.30 -18.00								
18.00 -18.30					U60 1.A	U60 1.B	U60 1.C	U60 2.C
18.30 -19.00								
19.00 -19.30								
19.30 -20.00					U60 1.H	AF	Erdbeer Brügge	U60 Freizi
20.00 -20.30			AF	AF				
20.30 -21.00								

Dienstag	19/I	19/II	20/I	20/II	21/I	21/II	22/I	22/II
16.30 -17.00					U60 3.D	U 60 2.D	U60 4.F	U60 5.D
17.00 -17.30								
17.30 -18.00								
18.00 -18.30					U60 1.D	U60 3.C	U60 2.B	B-Juniorinnen
18.30 -19.00								
19.00 -19.30								
19.30 -20.00			Rugby Damen	Rugby Herren	U60 1.H	U60 2.H	U60 Frauen	Rugby
20.00 -20.30								
20.30 -21.00								
21.00-21.45								
21.45-22.30								

Mittwoch	19/I	19/II	20/I	20/II	21/I	21/II	22/I	22/II
16.30 -17.00					U60 1.E	U60 2.E	U60 1./3.F	U 60 4.E
17.00 -17.30								17:45 Uhr
17.30 -18.00			Rugby Jugend	Rugby Jugend	U60 1.A	U60 1.B	BSC	U60 1.C
18.00 -18.30								
18.30 -19.00								
19.00 -19.30								U60 Ü50
19.30 -20.00					U60 3.H	SG Stern	U60 Kultur	
20.00 -20.30								
20.30 -21.00			AF	AF			AF	AF
21.00-21.45								
21.45-22.30								

Donnerstag	19/I	19/II	20/I	20/II	21/I	21/II	22/I	22/II
16.30 -17.00					U 60 3.D	U60 3.E	U60 1.E	U60 2.C
17.00 -17.30								
17.30 -18.00								
18.00 -18.30					U60 1.D	U60 3.C	U 60 6.D	U60 3.A
18.30 -19.00								
19.00 -19.30			Rugby Damen	Rugby Herren	U60 1.H	U60 1.H	U60 Frauen	U60 2.H
19.30 -20.00								
20.00 -20.30								
20.30 -21.00								

19:00-20:00 im Sportgarten: U40

Freitag	19/I	19/II	20/I	20/II	21/I	21/II	22/I	22/II
16.30 -17.00					E-Juniorinnen	D-Juniorinnen	C-Juniorinnen	U60 5.E
17.00 -17.30								
17.30 -18.00								
18.00 -18.30					B-Juniorinnen	U60 1.B	U60 1.C	U60 2.B
18.30 -19.00								
19.00 -19.30								
19.30 -20.00					U60 2.A	Rugby	BSC	U60 3.H
20.00 -20.30								
20.30 -21.00								
21.00-21.45								
21.45-22.30								

18:30-20:00 am Jakobsberg: 1.A