

# Trainingsplan

## Vorbereitung Saison 2011/12

Priv.: 02677/951083  
Handy: 0171/6260592

Datum	Tag	Uhrzeit	Grund	Ort
01.02.2011	Mittwoch	19:15	Training	Lutzerath/ Sportplatz
02.02.2011	Donnerstag			
03.02.2011	Freitag	19:15	Training	Lutzerath/ Sportplatz
04.02.2011	Samstag	15:00	Training	Lutzerath ( evtl. Mountainbiketour )
05.02.2011	Sonntag	13:00	Spiel	gegen Bettenfeld in Salmrohr
06.02.2011	Montag			
07.02.2011	Dienstag	20:00	Training	Kraft u. Ausdauer beim Braun
08.02.2011	Mittwoch	19:15	Training	Lutzerath
09.02.2011	Donnerstag			
10.02.2011	Freitag	19:30	Spiel	in Zell gegen Zell II
11.02.2011	Samstag		Training	Lutzerath
12.02.2011	Sonntag			
13.02.2011	Montag			
14.02.2011	Dienstag	20:00	Training	Kraft u. Ausdauer beim Braun
15.02.2011	Mittwoch	19:30	Spiel	in Bad Bertrich gegen Nohn
16.02.2011	Donnerstag			
17.02.2011	Freitag	19:15	Training	Lutzerath
18.02.2011	Samstag			
19.02.2011	Sonntag			
20.02.2011	Montag			
21.02.2011	Dienstag			
22.02.2011	Mittwoch	19:15	Training	Lutzerath
23.02.2011	Donnerstag			
24.02.2011	Freitag	19:15	Training	Lutzerath
25.02.2011	Samstag		Spiel	gegen Gillenfeld II
26.02.2011	Sonntag			
27.02.2011	Montag			
28.02.2011	Dienstag	19:00	Training	Kraft u. Ausdauer beim Braun
29.02.2011	Mittwoch	19:15	Training	Lutzerath
01.03.2011	Donnerstag			
02.03.2011	Freitag	19:30	Spiel	beim Maifelder SV
03.03.2011	Samstag			
04.03.2011	Sonntag	12:30	Spiel	gegen Bremm II in St. Aldegund
05.03.2011	Montag			
06.03.2011	Dienstag	19:15	Training	Lutzerath
07.03.2011	Mittwoch			
08.03.2011	Donnerstag			
09.03.2011	Freitag	19:15	Training	Lutzerath
10.03.2011	Samstag	15:00	Spiel	in Lutzerath gegen Binningen
11.03.2011	Sonntag			
12.03.2011	Montag			
13.03.2011	Dienstag			
14.03.2011	Mittwoch	19:15	Training	Lutzerath
15.03.2011	Donnerstag			
16.03.2011	Freitag	19:15	Training	Lutzerath
17.03.2011	Samstag			
18.03.2011	Sonntag	14:30	M - Spiel	gegen Ellenz - Poltersdorf

**Treffpunkt ist immer spätestens 15 Minuten vor dem Training.**  
**Es sind immer Hallen, Lauf- und Fußballschuhe mitzubringen.**

**Abmeldungen immer am Trainigstag zwischen 17 - 18 Uhr!!!**