

Trainingsplan - Halle 2021/2022



Wochentage Zeiten/Wo	Montag				Dienstag			Mittwoch					Donnerstag				Freitag				Samstag						
	Willhöden	Draussen	Athletik	Karstenstr.	Willhöden	Draussen	Karstenstr.	Willhöden	Draussen	Athletik	Karstenstr.	Frahmstr.	Willhöden	Draussen	Athletik	Karstenstr.	Willhöden	Draussen	Athletik	Karstenstr.	Willhöden		Willhöden				
15.00 - 15.30	Schule						Schule						Schule				Schule						optionale Trainingszeit	8.00 - 8.30	optionale Trainingszeit		
15.30 - 16.00																		Ballschule 15.00 - 16.00					8.30 - 9.00				
16.00 - 16.30				Knaben C 16.00 - 16.45				Mädchen D 15.30 - 17.00																Minis 09.00 - 10.00	9.00 - 9.30	Torwarttraining 9.00 - 11.00	
16.30 - 17.00																								9.30 - 10.00			
17.00 - 17.30	Knaben C 17.00 - 18.30		Mädchen B Knaben B 17.00 - 18.15				Mädchen B 17.00 - 18.15								Mädchen C 17.00 - 17.45								Minis 10.00 - 11.00	10.00 - 10.30			
17.30 - 18.00																							10.30 - 11.00				
18.00 - 18.30					Halle Handball		Mädchen C 17.30 - 19.00																Fördertraining Mädchen B / Knaben B Mädchen C / Knaben C 11.00 - 12.30	11.00 - 11.30			
18.30 - 19.00	Mädchen B Knaben B 18.30 - 19.45		Mädchen A Knaben A 18.30 - 19.30					Knaben B 18.15 - 19.30			wJB / mJB 18.00 - 19.00			Mädchen C 18.00 - 19.15		Mädchen A Knaben A 18.00 - 19.00							Knaben D 18.00 - 19.15	Mädchen A Knaben A 18.00 - 19.00	11.30 - 12.00		
19.00 - 19.30																									12.00 - 12.30		
19.30 - 20.00								19.00 - 20.00 Optionaler zusätzlicher Slot KB/MB																		12.30 - 13.00	
20.00 - 20.30	Mädchen A Knaben A 19.45 - 21.00		Herren / mJA 19.30 - 20.45					wJB / mJB 19.30 - 20.30			Damen 19.30 - 20.30			Mädchen A Knaben A 19.15 - 20.30											Fördertraining Mädchen A / Knaben A wJB / mJB 12.30 - 13.45	13.00 - 13.30	HM vorher anrufen:Tel: Herrn Brüggemann (040-42888-5217)
20.30 - 21.00																										13.30 - 14.00	
21.00 - 21.30	Herren / mJA 21.00 - 22.00			Elbleiten 20.30 - 22.00				Damen 20.00 - 22.00						Damen + (wJB) 20.30 - 22.00													
21.30 - 22.00								Damen 20.30 - 22.00																			

Ansprechpartner der Mannschaften:

Herren mJA mJB	David Plewa	Damen wJB	Frederik Steppat
KA	Jan Kuller	MA	David Plewa
KB	Jan Kuller	MB: MC:	David Plewa Alex Tiemann Kelly Köpp
KC KD	David Zimnicki	MD: Minis: Ballschule:	Alex Tiemann Paulina Zimnicki Kelly Köpp

Altersklassen:

Minis:	U6 - 4,5-6 Jahre
M/K D:	U8 - 6-8 Jahre
M/K C:	U10 - 8-10 Jahre
M/K B:	U12 - 10-12 Jahre
M/K A:	U14 - 12-14 Jahre
w/m JB:	U16 - 14-16 Jahre
w/m JA:	U18 - 17-18 Jahre
Damen:	Ü18
Herren:	Ü18
Athletiktraining: Frank Facklam	

Knabeweg

20.00 - 21.00	
21.00 - 21.30	BellyBoys NoMercy 20.00 - 22.00
21.30 - 22.00	
Termine: alle 14 Tage	

Christianeum

	Mädchen B Knaben B 16.00 - 18.00	16.00 - 17.00
		17.00 - 18.00
	wJB / mJB 18.00 - 19.30	18.00 - 19.00
		19.00 - 20.00

Banden abbauen!!
Handball!!!