

Trainingsplan afb Sportpark DUWO 08 und Hallen – Ab 17. Oktober 2022 (Stand 03.11.2022)

MONTAG	Kunstrasen / Ohlstedt 2				Lauf/Spr.	Gymnasium Ohlstedt			SaW
Uhrzeit	VL	VR	HL	HR		Feld 1	Feld 2	Feld 3	Neue Halle
16:00-16:30	2016er	2016er				-	-	-	LA Zwerge
16:30-17:00	2016er	2016er	2014er	2014er		-	-	-	LA Zwerge
17:00-17:30	2011er	2011er	2014er	2014er		-	-	-	LA U12/14
17:30-18:00	2011er	2011er	2014er	C-Mäd.		-	-	-	LA U12/14
18:00-18:30	2011er	2011er	C-Mäd.	C-Mäd.		-	-	-	LA U12/14
18:30-19:00	2007/08er	2007/08er	C-Mäd.	C-Mäd.		-	-	-	
19:00-19:30	2007/08er	2007/08er				-	-	-	
19:30-20:00	2007/08er	2007/08er				-	-	-	
20:00-20:30						-	-	-	TBW
20:30-21:00						-	-	-	
DIENSTAG									
Uhrzeit	Kunstrasen / Ohlstedt 2				Lauf/Spr.	Gymnasium Ohlstedt			SaW
Uhrzeit	VL	VR	HL	HR		Feld 1	Feld 2	Feld 3	Neue Halle
16:00-16:30						-	-	-	KT
16:30-17:00						-	-	-	KT
17:00-17:30	2010er	2010er	2010er	2010er		2015er	2015er	2015er	KT
17:30-18:00	2010er	2010er	2010er	2010er		2015er	2015er	2015er	2016er
18:00-18:30	2010er	2005/06er	aufteilen	2009er		2012/13er	2012/13er	2012/13er	2016er
18:30-19:00	2010er	2005/06er	aufteilen	2009er		2012/13er	2012/13er	2012/13er	
19:00-19:30	2005/06er	2005/06er	2009er	2009er		1. Frauen	1. Frauen	1. Frauen	
19:30-20:00	1. Herren	1. Herren	2. Herren	2. Herren		1. Frauen	1. Frauen	1. Frauen	
20:00-20:30	1. Herren	1. Herren	2. Herren	2. Herren		-	-	-	
20:30-21:00	1. Herren	1. Herren	2. Herren	2. Herren		-	-	-	1. Herren

MITTWOCH	Kunstrasen / Ohlstedt 2				Lauf/Spr.	Gymnasium Ohlstedt			SaW
Uhrzeit	VL	VR	HL	HR		Feld 1	Feld 2	Feld 3	Neue Halle
16:00-16:30						-	-	-	FKG
16:30-17:00						-	-	-	FKG
17:00-17:30			2011er	2011er		-	-	-	FKG
17:30-18:00			2011er	2011er		-	-	-	HS
18:00-18:30	2007/08er	2007/08er	2011er	2011er		-	-	-	
18:30-19:00	2007/08er	2007/08er				-	-	-	Walking F.
19:00-19:30	2007/08er	2007/08er				-	-	-	Walking F.
19:30-20:00	Senioren	Senioren		Walking F.		-	-	-	Walking F.
20:00-20:30	Senioren	Senioren		Walking F.		-	-	-	AH
20:30-21:00	Senioren	Senioren		Walking F.		-	-	-	AH
DONNERSTAG									
Uhrzeit	VL	VR	HL	HR	Lauf/Spr.	Feld 1	Feld 2	Feld 3	Neue Halle
16:00-16:30						-	-	-	2017er
16:30-17:00						-	-	-	2017er
17:00-17:30			2014er	2014er		2014er	2014er	LA U8/10	JJ
17:30-18:00	2012/13er	2012/13er	2014er	2014er		2014er	2014er	LA U8/10	
18:00-18:30	2012/13er	2009er	2010er	aufteilen		2014er	2014er	LA U12/14	
18:30-19:00	2012/13er	2009er	2010er	aufteilen		2014er	2014er	LA U12/14	
19:00-19:30	2009er	2009er	2010er	2010er		-	-	-	
19:30-20:00	2. Herren	2. Herren	1. Herren	1. Herren		-	-	-	
20:00-20:30	2. Herren	2. Herren	1. Herren	1. Herren		-	-	-	
20:30-21:00	2. Herren	2. Herren	1. Herren	1. Herren		-	-	-	

FREITAG	Kunstrasen / Ohlstedt 2				Lauf/Spr.	Gymnasium Ohlstedt			SaW
Uhrzeit	VL	VR	HL	HR		Feld 1	Feld 2	Feld 3	Neue Halle
15:30-16:00			2015er						
16:00-16:30			2015er	Torwart I		-	-	-	JJ
16:30-17:00	C-Mäd.	C-Mäd.	2015er	Torwart I		-	-	-	
17:00-17:30	C-Mäd.	C-Mäd.		Torwart II		-	-	-	
17:30-18:00	C-Mäd.	C-Mäd.		Torwart II		-	-	-	
18:00-18:30				Torwart III		-	-	-	
18:30-19:00				Torwart III		-	-	-	
19:00-19:30						FS	FS	FS	
19:30-20:00						FS	FS	FS	
20:00-20:30						FS	FS	FS	2. Herren
20:30-21:00						FS	FS	FS	2. Herren
SAMSTAG									
Uhrzeit	VL	VR	HL	HR	Lauf/Spr.	Gymnasium Ohlstedt			SaW
09:00-09:30						Feld 1	Feld 2	Feld 3	Neue Halle
09:30-10:00						-	-	-	
10:00-10:30						LA			HS
10:30-11:00									
11:00-11:30									
11:30-12:00									
12:00-12:30									
12:30-13:00									Reha
SONNTAG									
Uhrzeit	VL	VR	HL	HR	Lauf/Spr.	Gymnasium Ohlstedt			SaW
11:00-11:30	Senioren	Senioren	Senioren	Senioren		Feld 1	Feld 2	Feld 3	Neue Halle
11:30-12:00	Senioren	Senioren	Senioren	Senioren		-	-	-	-
12:00-12:30	Senioren	Senioren	Senioren	Senioren		-	-	-	-
12:30-13:00	Senioren	Senioren	Senioren	Senioren		-	-	-	-

Fußball-Trainingsplan Halle – Winter 2022 (Stand 03.11.2022)

Gymnasium	Dienstag I	Dienstag II	Dienstag III	Donnerstag I	Donnerstag II	Donnerstag III	Freitag I-III	Gymnasium	Samstag I-III
17:00-17:30	2015er	2015er	2015er	2014er	2014er	LA	Bergstedt UHC	09:00-09:30	
17:30-18:00	2015er	2015er	2015er	2014er	2014er			09:30-10:00	
18:00-18:30	2012er	2012er	2012er	2014er	2014er			10:00-10:30	LA
18:30-19:00	2012er	2012er	2012er	2014er	2014er			10:30-11:00	
19:00-19:30	1. Frauen	1. Frauen	1. Frauen	HSG-Nord			11:00-11:30		
19:30-20:00	1. Frauen	1. Frauen	1. Frauen				11:30-12:00		
20:00-20:30	Düvenstedt						12:00-12:30		
20:30-21:00							12:30-13:00		
21:00-21:30							ab 13:00	-	
21:30-22:00									

Neue Halle	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
16:00-16:30	LA	KT	FKG	2017er	JJ
16:30-17:00			FKG	2017er	
17:00-17:30			FKG		
17:30-18:00		2016er	HS		
18:00-18:30	2016er				
18:30-19:00			Walking F.	JJ	
19:00-19:30					
19:30-20:00	TBW				
20:00-20:30					
20:30-21:00		1. Herren	AH		2. Herren
21:00-21:30					
21:30-22:00					

Neue Halle	Samstag	Sonntag
09:00-09:30	HS	-
09:30-10:00		
10:00-10:30		
10:30-11:00		
11:00-11:30	Reha	
11:30-12:00		
12:00-12:30		
12:30-13:00		

Alte Halle	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
16:00-16:30	KT	TT	TT		KB	
16:30-17:00						
17:00-17:30						
17:30-18:00	TT			Reha	TT	KB
18:00-18:30						
18:30-19:00						
19:00-19:30				TT		
19:30-20:00						
20:00-20:30						
20:30-21:00						
21:00-21:30						
21:30-22:00						

Alte Halle	Samstag	Sonntag
09:00-09:30	TT	TT
09:30-10:00		
10:00-10:30		
10:30-11:00		
11:00-11:30		
11:30-12:00		
12:00-12:30		
12:30-13:00		
13:00-13:30		
13:30-14:00		
14:00-14:30		
14:30-15:00		
15:00-15:30		
15:30-16:00		

Trainingsplan afb Sportpark DUWO 08 – Ab 17. Oktober 2022 (Stand 03.11.2022)

Teams/Spielbetrieb		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
FKG	(U5) 2018er	16:00-18:00						
C-Mäd.	(U15) 2008er (O2)	17:30-19:00				16:30-18:00		
2017er	(U6) 3./4.G (Halle 2.G)					16:00-17:00		
2016er	(U7) 1./2.G (Halle 1.G)	16:00-17:00						
2015er	(U8) 3./4.F (Halle 2.F)		16:00-17:30			15:30-17:00		
2014er	(U9) 1./2.F (Halle 1.F)	16:30-18:00			17:00-18:00			
2012/13er	(U11) 1.E (Halle 1.E)		17:30-19:00		17:30-19:00			
2011er	(U12) 3./4.D (Halle 1./2.D)	17:00-18:30		17:00-18:30				
2010er	(U13) 1.D/2.D (O1)		17:30-19:00		17:30-19:00			
2009er	(U14) 1.C (O1)		18:00-19:30		18:00-19:30			
2007/08er	(U16) 1.B (O1)	18:30-20:00		18:00-19:30				
2005/06er	(U18) 1.A (O2)		18:00-19:30					
1. Frauen	(O2)		18:00-19:30					
1. Herren	(O2)		19:30-21:00		19:30-21:00			
2. Herren	(O2)		19:30-21:00		19:30-21:00			
Senioren	(O2)			19:30-21:00				11:00-13:00
Walking F.				19:30-21:00				

Sparten		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
LA	Leichtathletik	16:00-18:30			17:00-19:00			
TBW	Total Body Workout	20:00-21:00						
FS	Freizeitsport					18:30-20:00		