Trainingsplan Feld 2019

gültig ab 18. März 2019

05.03.19

Montag

Vossberg | Trainingszentrum Langenhorn

VB KR 1	VB KR 2	LH KR 1	LH KR 2	LH NR 1	LH NR 2	HTHC	Hockeyhalle
15:00-16:30 **MD** 2011/2012	15:00-16:30 **KD** 2011/2012						14:30-16:00 **Ballschule**
16:30-17:45 **MB** RL	16:30-17:45 **MB** OL + VL					15:45 - 16:30 **Athletik Andy** MB RL	
17:45-19:00 **MA** RL	17:45-19:00 **MA** OL	18:15-19:30 **MJA** RL		17:30-20:30 Lacrosse Jugend		18:15-19:00 **Athletik Andy** WJB RL	16:30-17:30 **KD/MD** 2011/12
19:00-20:30 **WJB** RL	19:00-20:30 **WJB** OL	19:30-21:30 Lacrosse Herren B	19:30-21:30 Lacrosse Damen B			19:00-19:45 **Athletik Andy** MA RL	17:30-18:15 **Athletik Speed** KA
20:30-22:00 Hockey Freizeitteams	20:30-22:00 Hockey Freizeitteams	21:30-22:30 Hockey Freizeitteams	21:30-22:30 Hockey Freizeitteams			20:00-20:45 **Athletik Andy** WJA	18:15-19:00 **Athletik Speed** KA
							19:00-19:45 **Athletik Speed** MJB
							19:45-20:30 **Athletik Speed** MJB

Dienstag

Vossberg | Trainingszentrum Langenhorn

VB KR 1	VB KR 2	LH KR 1	LH KR 2	LH NR 1	LH NR 2	Hockeyhalle	Hockeyhalle
14:00-15:30 **Bambini** 2013/14							
15:30-16:45 **MC** 2009	15:30-16:45 **MC** 2010	15:30-16:45 **KC** 2009	15:30-16:45 **KC** 2010			16:00-16:45 **Athletik Speed** MB RL	15:45-16:30 **Athletik Andy** MB VL
16:45-18:00 **MA** VL	16:45-18:00 **MB** Technik	16:45-18:00 **KB** RL	16:45-18:00 **KB** OL	17:30-20:30 Lacrosse Jugend			16:45-17:30 **Athletik Andy** MC 2009
18:00-19:30 **WJA**	18:00-19:30 **WJB** VL	18:00-19:15 **KA** RL	18:00-19:15 **KA** OL				17:30-18:15 **Athletik Andy** MB OL
19:30-21:00 **1. Damen**	**2. Damen 3. Herren MJA 2 ab 15.05.**	19:15-20:30 **MJB** RL					19:15-20:00 **Athletik Andy** MJA
21:00-22:30 **1. Herren**	**Optionen ab 22.05.**	20:30-22:30 Lacrosse Herren A	20:30-22:30 Lacrosse Damen A				

Mittwoch

Vossberg | Trainingszentrum Langenhorn

VB KR 1	VB KR 2	LH KR 1	LH KR 2	LH NR 1	LH NR 2	Hockeyhalle	Hockeyhalle
14:45-15:45 **MA/WJB** RL Technik							
15:45-17:00 **KB** Technik		16:00-17:30 **MB** RL	16:00-17:30 **MB** OL				
17:00-18:15 **KA** VL	17:00-18:15 **KB** VL	17:30-19:00 **MA** OL	17:30-19:00 **MA** VL	17:30-19:00 Lacrosse Jugend		17:00-17:45 **Athletik Speed** MA RL	17:00-17:45 **Athletik Speed** KB RL
18:15-19:30 **WJA**	18:15-19:30 **MJB/MJA2** OL					17:45-18:30 **Athletik Speed** MA RL	17:45-18:30 **Athletik Speed** KB RL
19:30-21:00 **2. Damen**	19:30-21:00 **3.Damen/WJA2**	19:00-20:30 **WJB** OL	19:00-20:30 **WJB** VL	19:00-20:30 Lacrosse Herren B	19:00-20:30 Lacrosse Damen B	18:30-19:15 **Athletik Speed** WJB RL	18:30-19:15 **Athletik Speed** KB OL
21:00-22:30 **2. Herren**	21:00-22:30 **4. Herren** alle 2 Wochen	20:30-22:00 **4. Herren** alle 2 Wochen	20:30-22:00 **3. Herren**	20:30-22:00 Lacrosse Black Pearls alle 2 Wochen		19:15-20:00 **Athletik Speed** WJB RL	19:15-20:00 **Athletik Speed** KB OL
		Lacrosse Black Pearls alle 2 Wochen					

Donnerstag

Vossberg | Trainingszentrum Langenhorn

VB KR 1	VB KR 2	LH KR 1	LH KR 2	LH NR 1	LH NR 2	JKB	Hockeyhalle	Hockeyhalle
14:30-15:45 **MD** 2011/2012	14:30-15:45 **KD** 2011/2012							14:15-15:45 **Ballschule**
15:45-17:00 **KC** 2009	15:45-17:00 **KC** 2010	16:00-17:15 **MC** 2009	16:00-17:15 **MC** 2010		16:30-17:15 **Athletik LL** MA RL erw.	15:45-16:45 **Athletik AN** KB RL / Im Wechsel	15:45-16:45 **Athletik Andy** KB OL / Im Wechsel	15:45-17:15 **KD/MD** 2011/12
17:00-18:15 **KB** RL	17:00-18:15 **KB** OL	17:15-18:45 **MA** RL erw.		17:30-20:30 Lacrosse	17:30-18:15 **Athletik NK** MC 2010	17:00-18:00 **Athletik AN** MJB RL / Im Wechsel	17:00-18:00 **Athletik Andy** KA RL / Im Wechsel	
18:15-19:30 **MJB** RL	18:15-19:30 **KA** RL	18:45-20:00 **WJB** RL erw.					18:15-19:00 **Athletik Andy** MA VL	
19:30-21:00 **1. Herren**		20:00-22:00 Lacrosse Herren A	20:00-22:00 Lacrosse Damen A				19:15-20:00 **Athletik Andy** MA OL	
21:00-22:30 **1. Damen**								

Freitag

Vossberg | Trainingszentrum Langenhorn

VB KR 1	VB KR 2	LH KR 1	LH KR 2	LH NR 1	LH NR 2	JKB/Hockeyhalle	Hockeyhalle
13:45-15:00 **Bambini** 2013/14							
15:00-16:15 **MD** 2011/2012	15:00-16:15 **KD** 2011/2012		15:30-16:45 **MC** 2010				15:00-15:45 **Athletik Andy** KC 2009
16:15-17:30 **KC** 2009	16:15-17:30 **KC** 2010	16:45-18:00 **MB** VL	16:45-18:00 **MC** 2009	17:15-18:00 **Athletik LN** MJB OL	17:15-18:00 **Athletik MN** KB VL	16:00-17:00 **Athletik AN** KA OL / im Wechsel	16:00-17:00 **Athletik Andy** KA VL / im Wechsel
17:30-18:45 **KA** OL	17:30-18:45 **KA** VL	18:00-19:30 **MJB** OL	18:00-19:30 **KB** VL			17:30-18:15 **Athletik Vilas** KC 2010	17:00-17:45 **Athletik Andy** WJB VL
18:45-20:15 **MJB** RL		19:30-22:00 Punktspiele					17:45-18:30 **Athletik Andy** WJB OL
20:15-21:45 **MJA** RL	20:15-21:45 **2. Herren**						

Samstag

Vossberg | Trainingszentrum Langenhorn

VB KR 1	VB KR 2	LH KR 1	LH KR 2	LH NR 1	LH NR 2
08:00-10:00 **MJB/KA** 2-Wochen Turnus	08:00-10:00 **WJB/MA** 2-Wochen Turnus	9:00-20:00 **Spielbetrieb**			
10:00-20:00 **Spielbetrieb**					

Sonntag

Vossberg | Trainingszentrum Langenhorn

VB KR 1	VB KR 2	LH KR 1	LH KR 2	LH NR 1	LH NR 2
08:00-10:00 **Training Jugend n. Bedarf**		9:00-17:00 **Spielbetrieb**			
10:00-20:00 **Spielbetrieb**					
		17:00-19:00 Lacrosse			
18:00-20:00 Hockey Freizeitteams					

Feldsaison 2019

Mannschaften			
MJA	2001/2002	RL	1
MJB	2003/2004	RL/OL	2
KA	2005/2006	RL/OL/VL	3
KB	2007/2008	RL/2xOL/VL	4
KC	2009/2010	4xSR	4
KD	2011/2012	6xSR	6
WJA	2001/2002	RL	1
WJB	2003/2004	RL/OL/VL	3
MA	2005/2006	RL/OL/VL	3
MB	2007/2008	RL/OL/2xVL	4
MC	2009/2010	4xSR	4
MD	2011/2012	4xSR	4
Bambini	2013/2014		