

## Trainingsplan vom 1. Oktober 2018 - 31. März 2019

### Trainingsgruppen

TG5	Leistungsgruppe	Wettkampfsportler ab Kadetten (12 Jahre und älter)
TG4	Nachwuchsgruppe	Wettkampfsportler Schüler D bis A (alle bis 12 Jahre)
TG3	Breitensportgruppe	Erwachsene Anfänger, Breitensportler, Senioren
TG2	Fortgeschrittene	Fortgeschrittene 4 - 14 Jahre
TG1	Anfänger	Anfänger 4 - 14 Jahre

### Trainingsplan

Tag	Sportstätte	Zeit	Trainer/in	Trainingsgruppe	Trainingsinhalte
<b>Montag</b>	Halle Escher Str.	17:00 - 18:30 Uhr	Claudia Maria Henneken	TG4	Wettkampftraining (Technik, Taktik, Kondition)
		18:30 - 20:00 Uhr	Martin Vossler	TG5	Wettkampftraining (Technik, Taktik, Kondition)
		20:00 - 20:30 Uhr	Martin Vossler	alle	Hockey
<b>Dienstag</b>	Halle Escher Str.	17:00 - 18:00 Uhr	Beate van Fondern	TG1	Anfänger Gruppe 1
		18:00 - 19:00 Uhr	Beate van Fondern	TG1	Anfänger Gruppe 2
		17:30 - 19:00 Uhr	Robert Woermann	TG2	Fortgeschrittene
<b>Freitag</b>	Kraftraum Escher Str.	18:00 - 19:30 Uhr	Claudia Maria Henneken	TG2	Athletiktraining
		19:30 - 21:00 Uhr	Claudia Maria Henneken	TG5	Athletiktraining
<b>Samstag</b>	Halle Escher Str. (unregelmäßig)	10:00 - 12:00 Uhr	Martin Vossler		<b>Welche Gruppen wann die Halle nutzen, wird in Kürze bekannt gegeben</b>