

Trainingsplan Vorbereitung Rückrunde 2011/12

Stand: 17.02.

Do.	23.02.2012	20:30h	Soccerdome Detmold
Fr.	24.02.2012	20.45h	Fitnessstudio (Faso-Med / Bahnhofstraße 49 in Helpup)
So.	26.02.2012	14.30h	Testspiel gg. TuS Vilsendorf (Werreanger/Treff:13:15h) (falls Rasenplatz frei – in Vilsendorf)
Di.	28.02.2012	19.00h	Training Werreanger
Do.	01.03.2012	20.30h	Soccerdome Detmold
Fr.	02.03.2012	20.45h	Fitnessstudio (Faso-Med / Bahnhofstraße 49 in Helpup)
So.	04.03.2012	14.30h	Testspiel TuS Oerlinghausen (Werreanger/Treff: 13:15h)
Di.	06.03.2012	19.30h	Testspiel bei FSV Pivitsheide (Treff 18:30h in Müssen)
Do.	08.03.2012	19.00h	Soccerdome Detmold
So.	11.03.2012	12.30h	Testspiel in Kirchheide gg. VFL Lüerdissen (Treff 11.00h)
Di.	13.03.2012	19.00h	Training Müssen
Do.	15.03.2012	19.00h	Training Müssen
So.	18.03.2012	15.00h	1. M.-Spiel Rückrunde /Treff: 13.45h in Hörste

Hinweis Spinning/Fitnessstudio:

Kleines Handtuch nicht vergessen // ggf. großes Handtuch für den anschl. Saunagang mitbringen!

Änderungen vorbehalten. Zu allen Einheiten (auch Spielen) bitte Fußball-und Laufschuhen mitbringen!

Absagen nur telefonisch!

I. Mannschaft

Sebastian Brosch
05232 / 9008034
0151 / 10798395

II. Mannschaft

Bernd Büchler
05206 / 6006666
0176 / 81085417