

## Trainingsplan Sportplatz Niederpleis

Stand: 02.05.2022

Verfasser: Karsten Schierloh, FC Sankt Augustin

	Montag		Dienstag			Mittwoch		Donnerstag			Freitag											
	Vorne	Hinten	Vorne	Hinten		Vorne	Hinten	Vorne	Hinten		Vorne	Hinten										
16:45-17:00	F-Jugend U8  (2014)  *2	E- Juniorinnen (2011-2012) *2)			16:45-17:00	F-Jugend U9 (2013)	Bambini U7 (2015)			16:45-17:00	F-Jugend U9 (2013)	E-Jugend U11 (2011)										
17:00-17:15					17:00-17:15					17:00-17:15												
17:15-17:30					17:15-17:30					17:15-17:30												
17:30-17:45					E-Jugend U11 (2011)  E-Jugend U10 (2012) *1)			D-Jugend U13 (2009) *1)	17:30-17:45	F-Jugend U8 (2014)			Bambini U6 (bis 2016)	D-Jugend U13 (2009)	C- Jugend (2007-2008)	17:30-17:45	Bambini U6+U7 (2015-2018)	E-Jugend U10 (2012)				
17:45-18:00									17:45-18:00											17:45-18:00		
18:00-18:15									18:00-18:15											18:00-18:15		
18:15-18:30			18:15-18:30				18:15-18:30															
18:30-18:45	SSG Hockey *2)	*2)			18:30-18:45	D-Jugend U12 (2010)	E- Juniorinnen (2011-2012)			18:30-18:45	D-Jugend U12 (2010)	D-Juniorinnen (2009-2010)  C-Juniorinnen (2007-2008)										
18:45-19:00					18:45-19:00					18:45-19:00												
19:00-19:15					Alte Herren			D- Juniorinnen (2009-2010)  C- Juniorinnen (2007-2008)	19:00-19:15						19:00-19:15							
19:15-19:30									19:15-19:30							19:15-19:30						
19:30-19:45									19:30-19:45							19:30-19:45						
19:45-20:00									19:45-20:00							19:45-20:00						
20:00-20:15					20:00-20:15	Kosova	Herren			20:00-20:15	Kosova											
20:15-20:30					20:15-20:30					20:15-20:30												
20:30-20:45	SSG Betriebs- sport Fußball (14 tägig)			20:30-20:45						20:30-20:45												
20:45-21:00				20:45-21:00						20:45-21:00												
21:00-21:15				Herren				21:00-21:15				21:00-21:15										
21:15-21:30					21:15-21:30							21:15-21:30										
21:30-21:45					21:30-21:45				21:30-21:45													
21:45-22:00					21:45-22:00				21:45-22:00													

\*1) zeitweise auf ein Tor Jugend-Torwarttraining

\*2) TUS Niederpleis: 17:30 – 19:00 Uhr Abnahme Sportabzeichen auf der Platzanlage