Trainingsplan Langenheider Alm Saison 2023/24
Stand: 04.07.2023
I: vordere Platzhälfte/ II. hintere Platzhälfte

Uhrzeit	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II
16:00									D-Jgd. (16:00-17:30)	
16:30										
16:45										
17:00										
17:15										
17:30	C-Jgd. (17:30-19:00)		Minis (17:30-18:30)	E-Jgd. (17:30-19:00)	F-Jgd. (17:30-18:45)	D-Jgd. (17:30-19:00)	E-Jgd. (17:30-19:00)	C-Jgd. (17:30-19:00)	F-Jgd. (17:30-18:45)	
17:45										
18:00										
18:15										
18:30										
18:45										
19:00	JSG B-Jgd. (19:00-20:30 ab demnächst)		1. Herren (19:00-20:30)	2. Herren (19:00-20:30)	Frauen (19:00-20:30)	TFC (19:30-21:00)	1. Herren (19:00-20:30)	2. Herren (19:00-20:30)	Frauen (19:00-20:30)	TFC (19:30-21:00)
19:30										
19:45										
20:00										
20:15										