

Wintertrainingsplan 2020/2021



Start am 26. Oktober

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
14 - 15 Uhr	15 - 16 Uhr	15 - 16 Uhr	15 - 16 Uhr	15 - 16 Uhr	15 - 16 Uhr	14 - 15 Uhr	15 - 16 Uhr	14 - 15 Uhr	14 - 15 Uhr
Hitting	Nunheim, L. + Bomer, P. Philippson, Agnes Geib, M. + Korell, V. Göngrich, Maximilian	Geib, M. + Röger, L. Emrich, T. + Auch, V. Aprlie, Lucia Göngrich, Maximilian	Schneider, Paula Tabacki, Felicitas Krah, S. + Jacobs, P. Becherst, Julia	Neiß, Anton Rohr, Jan-Joris Hammer, Jonas Krause, F. + Wilhelmy, F.	Hitting	Hitting	Eberle, Nick Gerstner, Finn	Puhl, Emma Aprlie, Lucia Eberle, E. + Stengel, B. Bomer, Philipp	Petrus, L. + Leist, C. Fiebig, Jana Renner, Dominik Emmert, Julia
Marc P1	Marc P1	Caro P1	Marc P2	Marc P1	Tim P2	Marc P3	Marc P3	Marc P1	Lara P2
15 - 16 Uhr	15 - 16 Uhr	16 - 17 Uhr	16 - 17 Uhr	16 - 17 Uhr	16 - 17 Uhr	16 - 17 Uhr	16 - 17 Uhr	15 - 16 Uhr	15 - 16 Uhr
Griebe, Moritz Sauder, Charlotte Roth, J. + Wehr, S. Pricken, Lili	Roos, F. + Schulz, A. Krah, A. + Schraut, L. Roth, Julia Duvinae, Juline	Anders, L. + Vetter, L. Kuhn, C. + Krah, A. Rohr, Malin Jacobs, Lena	Happersberger, Anouk Mayer, L. + Schraut, L. Hammer, J. + Rohr, J.J. Steinmetz, Marieke	Kaffenberger, Marlene Goffier, M. + Puhl, L. Feuerbach, Lea Schnarr, Selina	Hitting	Griebe, Johanna Griebe, Felix Emrich, Kilian Geib, Mathilda	Roeger, Felix Gerhard, Jan Russy, Max Jurk, Max	Weber, Lenny Korell, Vincent	Neiß, J. + Pricken, T. Stahheber, L. + Reif, J. Weisenstein, Tom Vulinovic, Lenni
Leni P2	Mara P3	Caro P1	Marc P2	Marc P1	Tim P2	Klara P2	Silas P2	Marc P1	Lara P2
16 - 17 Uhr	16 - 17 Uhr	16 - 17 Uhr	17 - 18 Uhr	17 - 18 Uhr	17 - 18 Uhr	16 - 17 Uhr	17 - 18 Uhr	16 - 17 Uhr	17 - 18 Uhr
Hitting	Haus, Bruno Obiko, Eres Faller, Michael Goffier, L. + Rompa, N.	Galan, T. + Merkel, T. Ludewig, Kai Philippson, Aurel Thiel, Max	Metzinger, Julian Gerstner, Finn Heppes, Emil Eberle, Nick	Völlmecke, Lilian Trapp, C. + Metzger, M. Weller, M. + Fasol, C. Pricken, Tim	Metzinger, Helena Müller, M. + Cremers, C. Klausing, Fabian Galan, Timo	Brenner, Anna-Lena Rittner, Marleen Dluschek, Dana Carsil, E. + Kilbs, E. Leonie P1	Külbs, Jannik Weisenstein, Tom Fischer, I. + Schneider, P. Kaffenberger, Raphael Klara P2	Bethge, T. + Grimm, L. Völlmecke, Henri Fasol, C. + Weller, M. Hildebrandt, Silvia Lara P2	Kroneberger, Lara Gehmann, Klara Eberle, Leni Wolf, Mara Daniel P2
Marc P1	Leni P2	Nick P3	Stefan P1	Marc P1	Tim P2	Leonie P1	Klara P2	Marc P1	Lara P2
16 - 17 Uhr	17 - 18 Uhr	17 - 18 Uhr	17 - 18 Uhr	17 - 18 Uhr	18 - 19 Uhr	17 - 18 Uhr	17 - 18 Uhr	17 - 18 Uhr	18 - 20 Uhr
Dahn, Luis Nunheim, L. + Faber, L. Russy, Paul Petrolo, Davide	Hahn, Caroline Eberle, Leni Buehler, Jasmin	Kimmig, Michael Rutz, Thiago Graf, Aurel Krapp, Massimo	Pricken, L. + Emmert, J. Badmayaya, Amrkh Faber, Johanna Krapp, Mariella	Schrip, R. + Scamato, L. Reichenecker, Marc Zettler, L. + Aprlie, E. Happersberger, Magnus	Geist, Karolin Hahn, Caroline Wetzel, Marie-Isabelle Fetzer, Friederike	Wetzel, J.-L. + Galan, M. Schraut, Lasse Aprlie, Emilio Schuster, Maximilian	Philippson, Valérie Boettger, S. + Strampe, M. Hoffmann, Lily-Marie Half, Sarah	Kraus, Mara Krause, Florian Wilhelm, Florian Aprlie, Elisa	Matchtraining
Mara P3	Marc P1	Janis P2	Silas P2	Julie P3	Tim P2	Marc P3	Leonie P1	Marc P1	Marc P1-3
17 - 18 Uhr	18 - 19 Uhr	17 - 18 Uhr	18 - 19 Uhr	18 - 19 Uhr	18 - 19 Uhr	18 - 19 Uhr	18 - 19 Uhr		Samstag 10 - 12 Uhr
Athleten	Umminger, Akif Heppes, E. + Hepp, J. Kamer, Benjamin Colombini, Riccardo	Hitting	Umminger, Akif Mahler, S. + Kramer, B. von Haaren, Felix Wirschmidt, Patrick	Gellweiler, Ben Galan, Fabio Benedix, J. + Burgard, D. Happersberger, S.	Steinmetz, Romy Wagner, Marlene Neser, A. + Böhler, J. Niggemeier, Lena	Barthel, H. + Benda, E. Schnirch, Laurine Dinger, Nicole Neser, Anouk	Staffel, A. + Grimm, L. Wenger, K. + Zettler, L. Fetzer, Maybritt Niggemeier, Lena		Konditions- training
Stefan P2	Marc P1	Nick P3	Stefan P1	Marc P1	Julie P3	Marc P3	Leonie P2		Katja (GS Sausenheim)
18 - 19 Uhr		18 - 19 Uhr	18 - 19 Uhr	19 - 20 Uhr		19 - 20 Uhr	19 - 20 Uhr		Samstag 10 - 11 Uhr
Müller, Merle Stahl, C. + Klausung, F. Reichenecker, Maren Philippson, Aurel		Reichenecker, Maren Philippson, Clara Lorenz, L. + Joa, E. Mahler, C. + Böhler, J.	Hepp, J. + Joa, L. Schraut, Lasse Weidenmann, Max Wetzel, Jan-Luca	von Haaren, Felix Rein, M. + Ebert, M. Webb, Christopher Zodet, Tim		Hammer, Benedikt Schuster, Philipp Caspar, B. + Thiel, L. Ludewig, Kai	Galan, F. + Benedix, J. Burgard, Daniel Drössler, Jonathan Joa, Luca		Sichtungem Vorbereitungen
Stefan P2		Nick P3	Dirk P2	Tim P1		Marc P3	Leonie P2		Marc
		19 - 20 Uhr	19 - 20 Uhr			20 - 21 Uhr			
		Galan, M. + Aprlie, E. Metzger, Simon Sulzbach, Jannik Reichenecker, Malte	Slany, N. + Keck, L. Strampe, Mara Hoffmann, Lily-Marie Fetzer, Friederike			Gehmann, Klara Wolf, M. + Gellweiler, J. Kroneberger, Lara Stuenwald, Tina			
		Dirk P7	Stefan P1			Sabine P3			

Teil 1: 26.10. - 19.12.

Teil 2: 4.1. - 27.3.

Faschingsfrei wird im Januar entschieden