

# Trainingsplan Sommer 2018

## TS Rahm 06



René Kaiser (Mo, Do)  
André Jethon (Mi, Fr)

Montag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Freitag
<b>15.15 - 16.00 Lohmann</b>	<b>15.00 - 16.00</b>		<b>14.15 - 15.15</b>	
K. Schmitz M. Gehrman P. Altenau M. Tworuschka	J. Burgsmüller M. Burgsmüller E. Burnic P. Kohls		J. Özsoy L. Scheimann H. Scheimann M. Schöning	
<b>16.00 - 17.00</b>	<b>16.00 - 17.00</b>	<b>16.00 - 16.45</b>	<b>15.15 - 16.00</b>	
M. Kuschel C. Hofius M. Schöning F. Gehrman	<u>Mannschaftstraining</u> Jungen U12	J. Kipp K. Coskun T. Aufdemkamp A. Sackermann B. Ketelacke	F. Wulf A. Carvalho Hagen J. Eckardt	
<b>17.00 - 18.00</b>	<b>17.00 - 18.00</b>	<b>17.00 - 18.00</b>	<b>16.00 - 17.00</b>	<b>16.00 - 17.00</b>
T. Krämer H. Eckardt P. Kessel N. Steiner	<u>Mannschaftstraining</u> Mädchen U18	B. Rose A. Gras M. Fiebig	L. Krol F. Tworuschka C. Hofius	A. Schopp N. Putscher F. Krämer P. Zinkler
<b>18.00 - 19.00</b>	<b>18.00 - 19.00</b>	<b>18.00 - 19.00</b>	<b>17.00 - 18.00</b>	<b>17.00 - 18.00</b>
H. Spörer L. Schendtke L. Rakanovic V. Nied	<u>Mannschaftstraining</u> Jungen U18	M. Wulf L. Fiebig T. Finken	M. Kuck L. Klingen P. Planz M. Hüffner	V. Westhoff M. Waldorf S. Dorloff H. Jung
<b>19.00 - 20.00</b>	<b>19.00 - 20.00</b>			<b>18.00 - 19.00</b>
<u>Mannschaftstraining</u> Jungen U15	belegt			C. Schmitz J. Form V. Lohmann S. Kuschel