

+++ Wichtig +++ Wichtig +++ Wichtig +++

Die Sommerkurse beginnen am 28. April. Bitte vor der ersten Trainingseinheit den Termin nochmals überprüfen.

Alle Teilnehmer sind noch nicht untergebracht. In den Ferien werden wir die restliche Einteilung vornehmen.

Am 01. Mai wird Training stattfinden!

Das Training bei André Jethon wird aufgrund von Krankheit bis ca. Mitte Juni von Vertretungen durchgeführt (siehe Plan).

Bitte meldet Euch bei Fragen oder Problemen: ar.tennis@t-online.de

Wir sind bemüht allen Wünschen entgegen zu kommen...

Sportliche Grüße
A & R Tennis

Trainingsplan Sommer 2025

André Jethon

Montag	Mittwoch
14.15 - 15.00 Bambini	14.00 - 15.00
B. Schinnenburg T. Schinnenburg J. Hiss Vertretung Iryna	
15.00 - 16.00	15.00 - 16.00
T. Rodigast H. Küpfer L. Zhang Vertretung Nele	A. Lehmann T. Sander J. Rath Vertretung Tibor
16.00 - 17.00	16.00 - 17.00
	A. Nieweg, C. Herfeldt A. Helbach S. Pingsmann Vertretung Tibor
17.00 - 18.00	17.00 - 18.00
N. Lohff J. Baumann O. v. Beauvais Vertretung Nele	J. Do Vertretung René
18.00 - 19.00	18.00 - 19.00
L. Kegel, J. Do C. Manstedten J. Vrenegor Vertretung Iryna 19.00	belegt

S. Benski

Montag
18.00 - 19.00
P. Becker A. Engelmann
15.00 - 16.00
18.00 - 19.00 Donnerstag
J. Pfannhauser M. Hinricher L. Angenendt J. Heptner
19.00 - 20.30
Damen 50
9.00 - 10.00 Samstag
Fördertraining L. Kayser, K. Bucker E. Vrenegor, J. Kim S. Vrucinic, M. Gunkel
10.00 - 11.00
Gruppe Becker
11.00 - 12.00
I. Jung P. Becker S. Lukas J. Koch

A. Kappes

Donnerstag
15.00 - 16.00
N. Heinrich T. Bludowsky M. Gunkel
16.00 - 17.00
M. Kimstädt M. Preuschaft L. Dunkel M. Markefka
17.00 - 18.00
L.-M. Luttmann J. Lagemann ??? J. Linhart
18.00 - 19.00
C. Sommer
19.00 - 20.00

Tereza Kempkens

Montag	Dienstag	Freitag	Samstag
14.30 - 15.15 Bambini		14.15 - 15.00 Bambini	
M. Budke L. Steinfelsner L. Nieweg A. Oueslati		P. Sanner M. ten Freyhaus L. Eimuth	
15.15 - 16.00 Bambini	15.00 - 16.00	15.00 - 16.00	10.00 - 11.00
L. Mourhege L.-S. Korkmaz M. Brakmann J. Lukas	J. Dammann	C. Schlag C. Budke V. Bucker	Fördertraining E. Rost, L. Skupin I. Mourhege C. Kämmer
16.00 - 17.00	16.00 - 17.00	16.00 - 17.00 (2 Trainer)	
V. Bühn P. Schlag C. Güttner J. Claßen	T. Köhler J. Bicher	J. Tottmann T. von Alemann M. Tahmaz, J. Fehling E. & L. Jitomirski	
17.00 - 18.00	17.00 - 18.00	17.00 - 18.00	
E. Rost C. Kämmer I. Mourhege	V. Furlan M. Vrucinic E. Bucker	S. Schmitz L. Klostermann L. Herfeldt F. Steinfelsner	
18.00 - 19.00	18.00 - 19.00		
M. Hinricher J. Pfannhauser	J. Raymond N. Manojlovic		
	19.15 - 20.15		
	freies Training (07.05. bis 09.07.)		

Trainingsplan Sommer 2025

René Kaiser

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
15.00 - 16.00	15.00 - 16.00	15.00 - 16.00		15.00 - 16.00	09.00 - 10.00
V. Furlan M. Vrucinic C. Kuhn	F. Höhne M. Gunkel J. Noßke	M. Meyer-Galow		J. Fischer N. Fehling J. Rath E.-S. Broun	belegt
16.00 - 17.00	16.00 - 17.00	16.00 - 17.00	16.00 - 17.00	16.00 - 17.00	10.00 - 11.00
J. Kim T. Spitta E. Vrenegor	L. Köhler S. Vrucinic	K. Bucker R. Sievers Tostes N. Jansen	G. zu Wittgenstein Ch.Manstedten (bis Sommerferien)	O. v. Beauvais J. v. Kroschk	Fördertraining M. Linhart, Hinricher Co. Manstedten Pfannhauser, Meyer-G.
17.00 - 18.00	17.00 - 18.00	17.00 - 18.00	17.00 - 18.00	17.00 - 18.00	
N. Winter L. Heinrich K. Stiens	L. Kegel Co. Manstedten J. Hummes H. Nienhaus	S. Vrucinic	M. Meyer-Galow E. Kegel L. Linzenich	N. Hartkopf M. Geldermann L. Zimmermann H. Bühn	
18.00 - 19.00	18.00 - 19.00	18.00 - 19.00	18.00 - 19.00	18.00 - 19.30	
M. Schulte S. Huber C. Wiesemann	M. Linhart T. Kempkens C. Manstedten	Fam. Normann	belegt	1. Damen 2. Herren	
19.00 - 20.00	19.00 - 20.00	19.00 - 20.00	19.00 - 20.00		
belegt	belegt	belegt	belegt		
20.00 - 21.00		20.00 - 21.00			
belegt		belegt			

Benjamin Strunk

Dienstag	Freitag
14.15 - 15.00	
T. Klein	
15.00 - 16.00	15.00 - 16.00
L. Heinrich T. Bellmann T. Gunkel	A. Schurgacz J. ten Freyhaus J. Klotmann B. Schork
16.00 - 17.00	16.00 - 17.00
F. Kayser L. Kayser	B. Mahesh H. Schurgacz M. Paas J. Varela
17.00 - 18.00	17.00 - 18.00
M. Angenendt A. Ullerich J. Strobel L. Pieper	C. Herfeldt A. Nieweg E. Steinfelsner N. Caprile Santos
18.00 - 19.30	18.00 - 18.45
1. Herren	M. Angenendt N. Heinrich

N. Stoberock

Montag
14.15 - 15.00
E. Heckmann
15.00 - 16.00
T. Rodigast H. Kupper L. Zhang
16.00 - 17.00
F. Lammerse M. Ballazs S. Schmitz
17.00 - 18.00
N. Lohff J. Baumann O. v. Beauvais
18.00 - 19.00
M. Hummes L. Koch A. Bechtel

Trainingsplan Sommer 2025

Iryna Vavrikova

Tibor Kempkens

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
14.15 - 15.00	14.15 - 15.00			14.00 - 15.00	08.00 - 09.00
B. Schinnenburg T. Schinnenburg J. Hiss	M. Noßke O. Valdez			C. Knotte E. Helbach M. Helbach	belegt
15.00 - 16.00	15.00 - 16.00	15.00 - 16.00 ???	15.00 - 16.00	15.00 - 16.00	09.00 - 10.00
L. Guisen A. Vrucinic M. Regh A. Oueslati	I. Winkel E. Grodzki Z. Grodzki	C. Jansen N. Schuster	I. Mourhege L. Skupin	L. Meng E. Mourhege M. Markefka	belegt
16.00 - 17.00	16.00 - 17.00	16.00 - 17.00	16.00 - 17.00	16.00 - 17.00	10.00 - 11.00
M. Esser L. van der Heusen E. Ballazs C. Rodriguez	A. Dworak L. Schuster Medina L. Honnacker L. Stoberock	C. Kämmer E. Rost	A. Dworak L. Schuster-Medina J. Heptner L. Mertens	I. Eggert A. Vrenegor P. Herfeldt	Fördertraining J. Dammann, A. Dworak L. Stoberock L. Schuster, L. Mertens
17.00 - 18.00	17.00 - 18.00	17.00 - 17.45	17.00 - 18.00	17.00 - 18.00	11.00 - 12.00
S. Knöpkes A. Vocke C. Fischer A.-K. zu W. (bis Ferien)	A. Engelmann A. Sander L. Piel	Fam. Mourhege	S. Diesing A. Prijovic S. Brovot	T. Kempkens N. Döpke F. Claus J. Liske	Fam. Normann
18.00 - 19.00	18.00 - 19.00	17.45 - 18.45	18.00 - 19.00	18.00 - 18.45	
M. Kimstädt A. Meier J. Comp	J. Honnacker S. Diesing A. Prijovic	L. Skupin N. Lehmann		L. Ruflair J. Karweg	
19.00 - 20.00		18.45 - 19.45	19.00 - 20.00		
L. Kegel C. Manstedten J. Vrenegor J. Do		N. Lohff F. Wildeboer N. Heinrich	M. Schulte S. Huber N. Stoberock		

Donnerstag
16.00 - 17.00
J. Raymond
17.00 - 18.00
P. Winkel N. Cakmak
15.15 - 16.00 Freitag
K. Eimuth T. Sonnenberg V. Bechtel

Beginn: 28.04.2025

Ende: 03.10.2025

26.04.2025