

Wintervorbereitungsplan TSV Langquaid 2019



1. Woche	Montag	21.01.2019	1. Laufeinheit
	Dienstag	22.01.2019	
	Mittwoch	23.01.2019	2. Laufeinheit
	Donnerstag	24.01.2019	
	Freitag	25.01.2019	3. Laufeinheit
	Samstag	26.01.2019	
	Sonntag	27.01.2019	
2. Woche	Montag	28.01.2019	4. Laufeinheit
	Dienstag	29.01.2019	
	Mittwoch	30.01.2019	5. Laufeinheit
	Donnerstag	31.01.2019	
	Freitag	01.02.2019	Trainingsauftakt
	Samstag	02.02.2019	15:30 Soccerhalle Rgsb
	Sonntag	03.02.2019	
3. Woche	Montag	04.02.2019	18:45 Halle LQ
	Dienstag	05.02.2019	
	Mittwoch	06.02.2019	Training
	Donnerstag	07.02.2019	
	Freitag	08.02.2019	Training
	Samstag	09.02.2019	Spiel in Ruhmannsfelden
	Sonntag	10.02.2019	
4. Woche	Montag	11.02.2019	Halle LQ
	Dienstag	12.02.2019	
	Mittwoch	13.02.2019	Training
	Donnerstag	14.02.2019	
	Freitag	15.02.2019	Training
	Samstag	16.02.2019	Spiel Tegernheim in Rgsb
	Sonntag	17.02.2019	

5. Woche	18.02.2019 Montag	Halle LQ
	19.02.2019 Dienstag	
	20.02.2019 Mittwoch	Training
	21.02.2019 Donnerstag	
	22.02.2019 Freitag	20:30 Soccerhalle Rgsb
	23.02.2019 Samstag	
	24.02.2019 Sonntag	Spiel in Burgweinting
6. Woche	25.02.2019 Montag	Halle LQ
	26.02.2019 Dienstag	
	27.02.2019 Mittwoch	Training
	28.02.2019 Donnerstag	
	01.03.2019 Freitag	Training
	02.03.2019 Samstag	Spiel gegen Schöfweg
	03.03.2019 Sonntag	
7. Woche	04.03.2019 Montag	
	05.03.2019 Dienstag	Training
	06.03.2019 Mittwoch	Training
	07.03.2019 Donnerstag	
	08.03.2019 Freitag	20:30 Soccerhalle Rgsb
	09.03.2019 Samstag	
	10.03.2019 Sonntag	Spiel in Schierling (Pokal)
8. Woche	11.03.2019 Montag	Training
	12.03.2019 Dienstag	
	13.03.2019 Mittwoch	Training
	14.03.2019 Donnerstag	
	15.03.2019 Freitag	Training
	16.03.2019 Samstag	
	17.03.2019 Sonntag	Spiel in Vilsbiburg (Liga)
Patrick Rauner 0176 - 61962872		Zu jedem Training Laufschuhe mitbringen!
Andreas Pollakowski 0159 - 04087508		