

U17 JSG Vorbereitungsplan Saison 2015/2016

Absagen grundsätzlich mind. 2 Stunden vor Trainingsbeginn. Absagen zum Spiel mit mind. 24 Stunden Vorlauf
Anwesenheitspflicht immer 10 Minuten vor angesetzter Uhrzeit

Datum	Wochentag	Uhrzeit/Anpfiff	Ort	Trainingsart	Ausrüstung
20.06.2015	Samstag	14:00 - 17:00	Bad Bodendorf	Besprechung und 1. Sichtungstraining	Trainingsausrüstung
22.06.2015	Montag	20:00 - 22:00	Bad Bodendorf	Besprechung und 2. Sichtungstraining	Trainingsausrüstung
24.06.2015	Mittwoch	20:00 - 22:00	Bad Bodendorf	Besprechung und 3. Sichtungstraining	Trainingsausrüstung
27.06.2015	Samstag	14:00 - 16:00	Bad Bodendorf	Besprechung und 4. Sichtungstraining	Trainingsausrüstung
29.06.2015	Montag	20:00 - 22:00	Bad Bodendorf	Kaderbegrüßung und Vorbereitungsstart	Trainingsausrüstung
01.07.2015	Mittwoch	20:00 - 22:00	Bad Bodendorf	Training + Ernährungsberatung	Trainingsausrüstung
04.07.2015	Samstag	12:00 - 14:00	Bad Bodendorf	Fitnessstraining mit Profi	Sportklamotten
06.07.2015	Montag	20:00 - 22:00	Bad Bodendorf	Training	Trainingsausrüstung
09.07.2015	Donnerstag	20:00 - 22:00	Bad Bodendorf	Training	Trainingsausrüstung
10.07.2015	Freitag	19:00	Bad Bodendorf	Grillen	Grillzeug
12.07.2015	Sonntag	13:00 - 15:00	Bad Bodendorf	Training	Trainingsausrüstung
13.07.2015	Montag	20:00 - 22:00	Bad Bodendorf	Fitnessstraining mit Physio	Sportklamotten
15.07.2015	Dienstag	19:00	Kreuzberg	Testspiel U17 ESV Kreuzberg	Spielausrüstung
16.07.2015	Donnerstag	20:00 - 22:00	Bad Bodendorf	Training	Trainingsausrüstung
19.07.2015	Sonntag	10:00 - 12:00	Bad Bodendorf	Training	Trainingsausrüstung
20.07.2015	Montag	18:30	Koisdorf	Testspiel U15 TuS Koblenz	Spielausrüstung
22.07.2015	Mittwoch	20:00 - 22:00	Bad Bodendorf	Training	Trainingsausrüstung
25.07.2015	Samstag	15:00	Ahrweiler	Testspiel U19 Ahrweiler	Spielausrüstung
27.07.2015	Montag	20:00 - 22:00	Bad Bodendorf	Training	Trainingsausrüstung
29.07.2015	Mittwoch	20:00 - 22:00	Bad Bodendorf	Training	Trainingsausrüstung
01.08.2015	Samstag	10:00 - 12:00	Bad Bodendorf	Fitnessstraining mit Physio	Sportklamotten
03.08.2015	Montag	20:00 - 22:00	Bad Bodendorf	Training	Trainingsausrüstung
05.08.2015	Mittwoch	20:00 - 22:00	Bad Bodendorf	Training	Trainingsausrüstung
08.08.2015	Samstag	17:00	Zissen	Testspiel U17 Niederzissen B1/2	Spielausrüstung
09.08.2015	Sonntag	12:00	Ahrtal	Wandern/Ausgehen	festes Schuhwerk
10.08.2015	Montag	20:00 - 22:00	Bad Bodendorf	Training	Trainingsausrüstung
12.08.2015	Mittwoch	20:00 - 22:00	Bad Bodendorf	Training	Trainingsausrüstung
14.08.2015	Freitag	tbd	tbd	Testspiel U17 Bachem	Trainingsausrüstung
15.08.2015	Samstag	10:00	Ahrtal	Fahrradtour	Fahrrad
17.08.2015	Montag	20:00 - 22:00	Bad Bodendorf	Training	Trainingsausrüstung
18.08.2015	Donnerstag	20:00	Westum	Testspiel U19 JSG Westum	Trainingsausrüstung
22.08.2015	Samstag	17:00	Bad Bodendorf	Testspiel U17 JSG BB 2	Spielausrüstung
24.08.2015	Montag	20:00 - 22:00	Bad Bodendorf	Training	Trainingsausrüstung
26.08.2015	Mittwoch	20:00 - 22:00	Bad Bodendorf	Training	Trainingsausrüstung
29.08.2015	Samstag	11:00	Bad Neuenahr	Testspiel U17 Ahrweiler	Spielausrüstung
30.08.2015	Sonntag	10:00 - 12:00	Bad Bodendorf	Auslaufen	Trainingsausrüstung
31.08.2015	Montag	20:00 - 22:00	Bad Bodendorf	Training	Trainingsausrüstung
02.09.2015	Mittwoch	20:00	Bad Bodendorf	Testspiel U17 Rheinbreitbach	Trainingsausrüstung
05.09.2015	Samstag	11:00	Bengen	Testspiel U19 Bengen	Spielausrüstung
06.09.2015	Sonntag	10:00 - 12:00	Bad Bodendorf	Auslaufen	Trainingsausrüstung
07.09.2015	Montag	20:00	Bad Bodendorf	Schwimmbad	Badehose
09.09.2015	Mittwoch	20:00 - 22:00	Bad Bodendorf	Training	Trainingsausrüstung
12.09.2015	Samstag	tbd	tbd	Pokalspiel	Spielausrüstung
13.09.2015	Sonntag	10:00 - 12:00	Bad Bodendorf	Auslaufen	Trainingsausrüstung
14.09.2015	Montag	20:00 - 22:00	Bad Bodendorf	Training	Trainingsausrüstung
16.09.2015	Mittwoch	20:00 - 22:00	Bad Bodendorf	Training	Trainingsausrüstung
19.09.2015	Samstag	10:00 - 12:00	Bad Bodendorf	vermutlicher Saisonstart	Trainingsausrüstung

Legende:	Sichtungsphase	Außerordentlich	Spiel
----------	----------------	-----------------	-------

Trainingsausrüstung beinhaltet **immer** Fußball- und Laufschuhe!

Handynummern Trainerteam: René Bender (0163/3640990) und Jan-Niklas Ellerich (0171/2790512)