

Vorbereitung III. Mannschaft TuS Hiltrup Saison 2007/08

1. Woche	Ausdauer/Gymnastik	Beweglichkeit	Tag	Datum		Zeit				
			Dienstag	10.07.2007		19:30	Training			
			Donnerstag	12.07.2007		19:30	Training			
			Freitag	13.07.2007			Training			
2. Woche	Ausdauer/Kraft	Gymnastik	Dienstag	17.07.2007		19:30	Training			
			Donnerstag	19.07.2007		19:30	Training			
			Freitag	20.07.2007			Training			
			Samstag	21.07.2007	Spiel./ Drensteinfurt II			Spiel		
3. Woche	Schnelligkeit/Kraft	Koordination	Dienstag	24.07.2007		19:30	Training			
			Donnerstag	26.07.2007		19:30	Training			
			Freitag	27.07.2007	./ Mauritz I	18:00	Spiel			
			Samstag	28.07.2007			Training			
			Sonntag	29.07.2007	./PMünster III		Spiel			
4. Woche	Technik/Spielformen	Schwerpunkte	Dienstag	31.07.2007	./Saxonia I	18:00	Spiel	mindestens 2 Spiele	Sportwoche Saxonia	
			Donnerstag	02.08.2007		19:30	Training			
			Freitag	03.08.2007			Training			
			Samstag	04.08.2007	./ Drensteinfurt I		Spiel			
5. Woche	Spielformen	Schwerpunkte	Dienstag	07.08.2007		19:30	Training			
			Donnerstag	09.08.2007		19:30	Training			
			Freitag	10.08.2007			Training			
			Sonntag	12.08.2007	Saisonbeginn		Spiel			
Trainingsbeginn Dienstag und Donnerstag jeweils um 19:30 Uhr (auf dem Platz)										
Trainingsbeginn an den anderen Tagen wird noch angesagt!										
Zu jeder Einheit sind Fußballschuhe für alle Plätze und Laufschuhe mitzubringen!										
Änderungen sind möglich!!										

Trainer: Hans-Juergen Ziegner
 Anschrift: Am Roggenkamp 114 E
 Tel: 02501 441434
 Handy: 0172 9370833

16.06.2007