

# TuS Hilstrup Damen 1 Vorbereitung Sommer 2013

Stand 30.07.2013

Datum	Tag	Art	Start	Ende	Ort	
31.07.2013	Mittwoch	Training	19:00	- 20:30	Hilstrup-Ost	1. Woche
01. Aug	Donnerstag	-- frei --				
02. Aug	Freitag	Training	19:00	- 20:30	Hilstrup-Ost	
03. Aug	Samstag	<i>freiwilliges Laufen - individuell irgendwo</i>				
04. Aug	Sonntag	-- frei --				
05. Aug	Montag	<i>individuelle Laufeinheit in Gruppen</i>				2. Woche
06. Aug	Dienstag	-- frei --				
07. Aug	Mittwoch	Training	19:00	- 20:30	Hilstrup-Ost	
08. Aug	Donnerstag	-- frei --				
09. Aug	Freitag	Training	19:00	- 20:30	Hilstrup-Ost	
10. Aug	Samstag	<i>freiwilliges Laufen - individuell irgendwo</i>				
11. Aug	Sonntag	-- frei --			Freilos Pokal 1.Runde FLVW	
12. Aug	Montag	<i>individuelle Laufeinheit in Gruppen - eigene Orga</i>				3. Woche
13. Aug	Dienstag	-- frei --				
14. Aug	Mittwoch	Training	19:00	- 20:30	Hilstrup-Ost	
15. Aug	Donnerstag	-- frei --				
16. Aug	Freitag	Training	19:00	- 20:30	Hilstrup-Ost	
17. Aug	Samstag	-- frei --				
18. Aug	Sonntag	Spiel	17:00		TuS Damen - Stella Bevergern	
19. Aug	Montag	<i>individuelle Laufeinheit in Gruppen</i>				4. Woche
20. Aug	Dienstag	-- frei --				
21. Aug	Mittwoch	Training	19:00	- 20:30	Hilstrup-Ost	
22. Aug	Donnerstag	-- frei --				
23. Aug	Freitag	Training	19:00	- 20:30	Hilstrup-Ost	
24. Aug	Samstag	Spiel	15:00		TuS Damen - Ostenfelde	
25. Aug	Sonntag	-- frei --				
26. Aug	Montag	<i>individuelle Laufeinheit in Gruppen</i>				5. Woche
27. Aug	Dienstag	-- frei --				
28. Aug	Mittwoch	Training	19:00	- 20:30	Hilstrup-Ost	
29. Aug	Donnerstag	-- frei --				
30. Aug	Freitag	Training	19:00	- 20:30	Hilstrup-Ost	
31. Aug	Samstag	-- frei --				
01.09.2013	Sonntag				1.Spieltag Saison 2013/2014	