



Trainingsplan

FSV Thalau

1.u.2. Mannschaft

Saison 2009/2010

Frank Schlieck

06656-504564, 0170-5718905

frank.schlieck@t-online.de

Dienstag	30.06.2009	19.00 Uhr	Training (off.Trainingsaufakt)
Mittwoch	01.07.2009	19.00 Uhr	Training
Freitag	03.07.2009	19.00 Uhr	Training
Sonntag	05.07.2009	10.30 Uhr	Training
Dienstag	07.07.2009	19.00 Uhr	Training
Mittwoch	08.07.2009	19.00 Uhr	Training
Freitag	10.07.2009	19.15 Uhr	Spiel gegen Frischauf FD, A Liga Treffp. 18.15 Uhr, in Thalau
Samstag	11.07.2009	14.00 Uhr	Training(Spinning 2 Gruppen)Eichenzell
Sonntag	12.07.2009	Sportfest	Spiel geg. Dalherda, Zeit:kommt Info
Dienstag	14.07.2009	19.00 Uhr	Training
Mittwoch	15.07.2009	19.00 Uhr	Training
Freitag	17.07.2009	19.00 Uhr	Spiel gegen Gersfeld,KR.-OL.Mitte Treffp. 18.00 Uhr, in Thalau
danach gemeinsames Essen			
Samstag	18.07.2009	8.00,10.45,15.30 Uhr	Trainingstag in Thalau
Sonntag	19.07.2009	10.30 Uhr	Training
Dienstag	21.07.2009	19.00 Uhr	Training
Mittwoch	22.07.2009	19.00 Uhr	Training
Freitag	24.07.2009	19.00 Uhr	Spiel gegen Lehnerz II, KR.OL Mitte Treffp. 18.00 Uhr, in Thalau
Sonntag	26.07.2009	Sportfest	Spiel gegen Motten, Zeit: kommt Info
Montag	27.07.2009	19.00 Uhr	Lockerungstraining max: 45 min !
Mittwoch	29.07.2009	19.00 Uhr	Training
Freitag	31.07.2009	19.00 Uhr	Training und Spielsitzung
Sonntag	02.08.2009	15.00 Uhr	1. Pflichtspiel,Treffp. Kommt Info

Bitte zu allen Trainingseinheiten Lafschuhe und Fußballschuhe mitbringen!!!!!!!!!!!!!!!

Ich bitte bei allen Terminen um Pünktlichkeit !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

Mit sportlichem Gruß

Frank Schlieck