

Trainingsplan ab Dezember 2023

| <u>Dienstags</u> | <u>Donnerstags</u> | <u>Freitags</u> |
|---|---|-----------------------------------|
| Trainer/in: Lea Dörbandt & Thomas Bröxkes | Trainer/in: Melissa Bahrami & Lea & Volker Dörbandt | |
| 18:00 – 19:30 Uhr | 18:00 – 19:30 Uhr | 19:30 – 22:00 Uhr |
| offenes Jugendtraining | offenes Jugendtraining | freies Training für Spieler/innen |
| 19:30 – 22:00 Uhr | 19:30 – 22:00 Uhr | der Seniorenmannschaften |
| freies Training für Spieler/innen der Seniorenmannschaften | freies Training für Spieler/innen der Seniorenmannschaften | |
| | | |
| | | |

