



VORBEREITUNGSPLAN - SOMMER 2016

● **VERLAESSLICHKEIT**

PÜNKTLICHKEIT! Bitte bei jeder Einheit zu den angegebenen Uhrzeiten UMGEZOGEN AUF DEM PLATZ bzw. IN DER KABINE (je nach Ansage) sein (Training)!

● **LAUFSCHUHE**

Zu JEDER Trainingseinheit bei JEDEM Wetter sind auch **LAUFSCHUHE** mitzubringen!

● **ABSAGEN**

Wer nicht zum Training kommen kann, bitte dem Trainer RECHTZEITIG per Anruf/Nachricht Bescheid geben!

DATUM	BEGINN / TREFF	EINHEIT	INFO
So, 03. Jul 2016	11:00	TRAINING	Laufen/Sportplatz
Mo, 04. Jul 2016	19:30	TRAINING	Laufen/Sportplatz Training mit Norio
Di, 05. Jul 2016	frei		
Mi, 06. Jul 2016	19:45	TRAINING	Laufen/Sportplatz
Do, 07. Jul 2016	frei		
Fr, 08. Jul 2016	19:00	TRAINING	Laufen/Sportplatz
Sa, 09. Jul 2016	frei		
So, 10. Jul 2016	11:00	---TESTSPIEL---	SV Hilden Nord(KL B), Ausw. 6-4 G
Mo, 11. Jul 2016	19:30	TRAINING	Laufen/Sportplatz Training mit Norio
Di, 12. Jul 2016	frei		
Mi, 13. Jul 2016	19:45	TRAINING	Laufen/Sportplatz
Do, 14. Jul 2016	frei		
Fr, 15. Jul 2016	19:00	TRAINING	Laufen/Sportplatz
Sa, 16. Jul 2016	frei		
So, 17. Jul 2016	11:00	---TESTSPIEL---	Aufderhöhe(KL A), Ausw. 1-9 V
Mo, 18. Jul 2016	19:30	TRAINING	Laufen/Sportplatz Training mit Norio
Di, 19. Jul 2016	frei		
Mi, 20. Jul 2016	frei		
Do, 21. Jul 2016	17:00	---TESTSPIEL---	DSC 2(KL B), Ausw. 19:00 Uhr
Fr, 22. Jul 2016	frei		
Sa, 23. Jul 2016	frei		
So, 24. Jul 2016	09:30	---TESTSPIEL---	Oberbilk 2 (KL C) Heim, 11:00 Uhr
Mo, 25. Jul 2016	19:30	TRAINING	Sportplatz Training mit Norio
Di, 26. Jul 2016	frei		
Mi, 27. Jul 2016	19:45	TRAINING	Sportplatz Probetraining Coever-Coaching
Do, 28. Jul 2016	18:00	---TESTSPIEL---	Uedesheim 2 (KL B) Ausw, 19:30 Uhr
Fr, 29. Jul 2016	frei		
Sa, 30. Jul 2016	13:00	---TURNIER---	Eller 04 Ausw, 14:30 Uhr
So, 31. Jul 2016	12:00	---TESTSPIEL---	CFR Links 3 (KL C) Heim, 13:00 Uhr

DATUM	BEGINN / TREFF	EINHEIT	INFO
Mo, 01. Aug 2016	19:00	TRAINING	Sportplatz Training mit Norio
Di, 02. Aug 2016	frei		
Mi, 03. Aug 2016	19:30	TRAINING	Sportplatz
Do, 04. Aug 2016	18:00	---TESTSPIEL---	Heiligenhaus 2 (KL B), Ausw. 19:30 Uhr
Fr, 05. Aug 2016	19:45	TRAINING	Sportplatz
Sa, 06. Aug 2016	14:00	---TESTSPIEL---	Garather SV (KL B), Ausw. 15:30 Uhr
So, 07. Aug 2016	11:30	---TESTSPIEL---	Polizei 2 (KL C), Ausw. 13:00 Uhr
Mo, 08. Aug 2016	19:30	TRAINING	Sportplatz Training mit Norio
Di, 09. Aug 2016	17:30	---TESTSPIEL---	Türkgücü (KL B), Ausw. 19:00 Uhr
Mi, 10. Aug 2016	frei		
Do, 11. Aug 2016	17:30	---TESTSPIEL---	Oberbilk (KL A), Ausw. 19:00 Uhr
Fr, 12. Aug 2016	19:00	TRAINING	Sportplatz
Sa, 13. Aug 2016	frei		
So, 14. Aug 2016	11:30	---TESTSPIEL---	Duisburger SV 2 (KL A), Heim. 13:00 Uhr
Mo, 15. Aug 2016	19:30	TRAINING	Sportplatz Training mit Norio
Di, 16. Aug 2016	frei		
Mi, 17. Aug 2016	19:45	TRAINING	Sportplatz
Do, 18. Aug 2016	frei		
Fr, 19. Aug 2016	19:00	TRAINING	Sportplatz
Sa, 20. Aug 2016	frei		
So, 21. Aug 2016		MEISTERSCHAFT	1. Spieltag
Sa, 03. Sep 2016	12:00	Team-Shooting	VW Gottfried Schultz

Wer nicht zum Termin kommen kann, bitte dem Trainer RECHTZEITIG per Nachricht Bescheid geben!

Trainer Georgi Ishikawa 0177-8093642

Co-Trainer Shu Kanemaki 0177-5024991

Alle Termine gelten unter Vorbehalt! Änderungen werden rechtzeitig bekanntgegeben!