

Vorbereitungsplan Hinrunde Saison 2018/2019 - SV SG Lähden - 1. Herren

KW 26	KW 27	KW 28	KW 29	KW 30
Trainingswoche 1	Trainingswoche 2	Trainingswoche 3	Trainingswoche 4	Trainingswoche 5
Montag, 25. Juni 2018	Montag, 2. Juli 2018 Training 19:00 Uhr	Montag, 9. Juli 2018 Training 19:00 Uhr	Montag, 16. Juli 2018 Training 19:00 Uhr	Montag, 23. Juli 2018 Training 19:00 Uhr
Dienstag, 26. Juni 2018	Dienstag, 3. Juli 2018	Dienstag, 10. Juli 2018	Dienstag, 17. Juli 2018	Dienstag, 24. Juli 2018
Mittwoch, 27. Juni 2018	Mittwoch, 4. Juli 2018 Training 19:00 Uhr	Mittwoch, 11. Juli 2018 Westerloh 19:30 Uhr Ausw.	Mittwoch, 18. Juli 2018 Training 19:00 Uhr	Mittwoch, 25. Juli 2018 1. Runde Pokal
Donnerstag, 28. Juni 2018	Donnerstag, 5. Juli 2018	Donnerstag, 12. Juli 2018 Training 19:00 Uhr	Donnerstag, 19. Juli 2018	Donnerstag, 26. Juli 2018
Freitag, 29. Juni 2018 Training 19:00 Uhr	Freitag, 6. Juli 2018 Training 19:00 Uhr	Freitag, 13. Juli 2018	Freitag, 20. Juli 2018 Training 19:00 Uhr	Freitag, 27. Juli 2018 Training 19:00 Uhr
Samstag, 30. Juni 2018	Samstag, 7. Juli 2018 Teglingen 14:00 Uhr Heim	Samstag, 14. Juli 2018 Stapeldorn 14:00 Uhr Ausw.	Samstag, 21. Juli 2018	Samstag, 28. Juli 2018
Sonntag, 1. Juli 2018 Training 13:30 Uhr	Sonntag, 8. Juli 2018	Sonntag, 15. Juli 2018	Sonntag, 22. Juli 2018 Lahn/Wieste 15:00 Uhr Heim	Sonntag, 29. Juli 2018 1. Punktspiel

Kurzfristige Änderungen sind möglich

Bei **jeder** Einheit sind Laufschuhe mitzubringen

Abmeldungen nur telefonisch, kein whatsapp

Handy: 0172/7537376

Privat: 05965/9385907

Mit sportlichen Grüßen

Tobias Untiedt