

### Trainingsplan Sommer 2023/2024 (gültig ab 31.07.23 - 27.10.23)

Montag	FF / 16.30h-18.00h	FF / 18.00h-19.30h	FF / 19.30h-21.00h	Montag	PSV / 16.30h-18.00h	PSV / 18.00h-19.30h	PSV / 19.00h-20.30h
	D4 Kabine 13	U16 Kabine 8	U15 Kabine 1+2 ab 18.30h		F4 Kabina A	E1 Kabine A	
		U16 Kabine 8	Ü50 Kabine 3+4 ab 19.30h		F3 Kabine B	E2 Kabine B	
Dienstag	FF / 16.30h-18.00h	FF / 18.00h-19.30h	FF / 19.30h-21.00h	Dienstag	PSV / 16.00h-17.30h	PSV / 17.30h-19.00h	PSV / 19.00h-20.30h
	D3 Kabine 4 (17.00-18.30)	B4 k.K. 18:30-20:00Uhr	U18 Kabine 3+4				
	C3 Kabine 1	U12 Kabine 3					
Mittwoch	FF / 16.30h-18.00h	FF / 18.00h-19.30h	FF / 19.30h-21.00h	Mittwoch	PSV / 16.00h-17.30h	PSV / 17.30h-19.00h	PSV / 19.00h-20.30h
	U13 Kabine 1	U14 Kabine 2	3. Herren Kabine 8		F1 Kabine B	E1 Kabine B	
	U12 Kabine 4 (17.00-18.30)	U16 Kabine 3 (18.30-20.00)	3. Herren Kabine 8		F2 Kabine A	E3 Kabine A	
Donnerstag	FF / 16.30h-18.00h	FF / 18.00h-19.30h	FF / 19.30h-21.00h	Donnerstag	PSV / 16.30h-18.00h	PSV / 18.00h-19.30h	PSV / 19.00h-20.30h
	C3 Kabine 1	U18 18:30-20:00 Kabine 3	1. AH Kabine 9		E4 Kabine A		
	B3 Kabine 2 (17.00-18.30)	U15 Kabine 4	1. AH Kabine 9		F3 Kabine B		
Freitag	FF / 16.30h-18.00h	FF / 18.00h-19.30h	FF / 19.30h-21.00h	Freitag	PSV / 16.00h-17.30h	PSV / 17.30h-19.00h	PSV / 19.00h-20.30h
	D3 Kabine 13	B4 Kabine 3			F1 Kabine A	F2 Kabine A	
	U14 Kabine 1+2		4. Herren Kabine 13		E3 Kabine B	E2 Kabine B	

Montag	C-Platz / 16.30h-18.00h	C-Platz / 18.00h-19.30h	C-Platz / 19.30h-21.00h	Montag	B-Platz / 16.30h-18.00h	B-Platz / 18.00h-19.30h	B-Platz / 19.30h-21.00h
	B3 Kabine 4 (17.00-18.30)	U17 Kabine 14	U19 Kabine 13		G2 ohne Kabine		
	B3 Kabine 4 (17.00-18.30)	U17 Kabine 14	U19 Kabine 13				
Dienstag	C-Platz / 16.30h-18.00h	C-Platz / 18.00h-19.30h	C-Platz / 19.30h-21.00h	Dienstag	B-Platz / 16.30h-18.00h	B-Platz / 18.00h-19.30h	B-Platz / 19.30h-21.00h
	U14 Kabine 8 (17.00-18.30)	1. Herren Kabine 9	1.+2. Frauen Kabine 14				2. Herren Kabine 13 ab 18.30h
		1. Herren Kabine 9	1.+2. Frauen Kabine 14			U13 Kabine 2	2. Herren Kabine 13
Mittwoch	C-Platz / 16.00h-17.30h	C-Platz / 17.30h-19.00h	C-Platz / 19.00h-20.30h	Mittwoch	B-Platz / 16.00h-17.30h	B-Platz / 17.30h-19.00h	B-Platz / 19.00h-20.30h
	D4 keine Kabine	U19 Kabine 14	4. Herren Kabine 8		G2 ohne Kabine	U17 Kabine 13	1. Herren Kabine 9
	U15 Kabine 8 (17.00-18.30)	U19 Kabine 14	AS 19.30h-20.45h Kabine 1+4			U17 Kabine 13	1. Herren Kabine 9
Donnerstag	C-Platz / 16.30h-18.00h	C-Platz / 18.00h-19.30h	C-Platz / 19.30h-21.00h	Donnerstag	B-Platz / 16.30h-18.00h	B-Platz / 18.00h-19.30h	B-Platz / 19.00h-20.30h
	U16 Kabine 14	2. Herren Kabine 13	2. AH Kabine 14			U19 Kabine 8	
	E1 keine Kabine	2. Herren Kabine 13	AS 19.45h-21.00h Kabine 1+2			U19 Kabine 8	
Freitag	C-Platz / 16.30h-18.00h	C-Platz / 18.00h-19.30h	C-Platz / 19.30h-21.00h	Freitag	B-Platz / 16.30h-19.00h	B-Platz / 19.00h-20.30h	B-Platz / 20.30h-21.00h
	U17 Kabine 14	1. Herren A-Platz Kabine 9	3. Herren Kabine 14		G1 k.K. 15:00 - 16:30	2. Frauen Kabine 2	
	U12 Kabine 4 (17.00h-18.30h)	1. Herren A-Platz Kabine 9			F4 k.K. 17:00 - 18:30	1. Frauen Kabine 1	
	U13 Kabine 8 (15:00-16:30)						

### Schlechtwetter- Plan Naturrasenfelder

<b>B-Platz</b>	Bei B-Platzsperrung: Di. U23 => 1/2 C-Pl. / Mi. U19. => 1/2 C-Pl. / Mi. 1.H => C-Pl. / Mi. => 5.H 1/2 FF / Do. U17 => 1/2 FF / 1.+2. Frauen => 1/2 FF	
<b>Spiele AS</b>	Heimspiele der AS finden bei Freie Turner statt. (1.AS u. 2.AS Do. 19.15h / Kabine 1+2)	Belegung nach Absprache möglich
<b>Ausfall</b>	AUSFALL ohne Ersatz	
	Keine Trainingszeit möglich (Aus Regenerationsgründen)	



INTERNAL

