

# Frauenfußballmannschaft Tus Reil

## Vorläufiger Trainingsplan Saison 2017/2018 - Vorrunde -

Tag	Datum	Uhrzeit	Treffpunkt	Trainings-/Spielort	Belag	Aktivität
Do	13.07.2017	19.00		Reil, Sportplatz	KR	Training
So	16.07.2017	ca. 13.00	ca. 11.00	Bettenfeld, Sportplatz	NR	Trainingsspiel gegen Bettenfeld
Di	18.07.2017	19.00		Reil, Sportplatz	KR	Training
Do	20.07.2017	19.00		Reil, Sportplatz	Kr	Training
Sa	22.07.2017	Nachmittags	?	Büchel, Sportplatz	NR	Turnier mit insges. 4 Teams auf 2 Sportplätzen
So	23.07.2017	9.30		Reil, Clubheim		Gemeinsames Frühstück
w.v.	w.v.	ca. 10.45		Reil, Sportplatz	KR	Gymnastik (Bauch, Rücken, pp.)
w.v.	w.v.	ca. 12.30		Reil, Sportplatz (Start+Ziel)		Grundlagenausdauer mit dem Rad
w.v.	w.v.	ca. 15.30		Reil, Sportplatz	KR	Abschluss-Kick
w.v.	w.v.	ca. 17.30		Reil, am Sportplatz		die Trainer legen Grillgut auf!
Di	25.07.2017	19.00		Reil, Sportplatz	KR	Trainng
Do	27.07.2017	19.00		Reil, Sportplatz	KR	Training
Sa	29.07.2017	ca. 14.00		Reil, Sportplatz	KR	Trainingsspiel gegen C-Jugend
Di	01.08.2017	19.00		Reil, Sportplatz	KR	Training
Do	03.08.2017	19.00		Reil, Sportplatz	KR	Training
Sa	05.08.2017	Nachmittags	?	Niederfell, Sportplatz	KR	Trainingsspiel / Evtl. Turnier in Niederfell
So	06.08.2017	10.00		Reil, Sportplatz		Auslaufen
Di	08.08.2017	19.00		Reil, Sportplatz	KR	Training
Do	10.08.2017	19.00		Reil, Sportplatz	KR	Training
So	13.08.2017	Nachmittags	?	Reil, Sportplatz	KR	Trainingsspiel gegen Saarburg (Bezirksliga)
Di	15.08.2017	19.00		Reil, Sportplatz	KR	Training
Do	17.08.2017	19.00		Reil, Sportplatz	KR	Training
Sa / So	19./20.08.2017	?	?	?		<b>1. Meisterschaftsspiel</b>

Zu den jeweiligen Trainingseinheiten bitte neben den Fußball- auch **Laufschuhe** mitbringen.

An dem Wochenende 22. und 23.07. haben wir für sonntags einige Trainingseinheiten (überwiegend Praxis, aber auch Theorie) vorgesehen. Wäre super, wenn Ihr Euch dieses WE entsprechend vormerkt. Alles weitere besprechen wir vor bzw. nach dem ersten Training.

Die derzeit noch unvollständigen Informationen werden in Kürze nachgetragen. Es handelt sich um einen vorläufigen Trainingsplan, Änderungen und Ergänzungen sind also noch jederzeit möglich.

Wir Trainer jedenfalls freuen uns schon auf die kommende Saison und wünschen Euch bis zum Start erholsame/n Ferien/Urlaub.