



Trainingsplan Hinrunde

Spieler vom Dienst

Montag, d. 22.08.11

17.00 – 18.30 Uhr Training (Jahnsportforum / Kunstrasen)

18.30 – 19.30 Uhr Training (Kraftraum)

Arnold

Aßmann

Emendörfer

Dienstag, d. 23.08.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Donnerstag, d. 25.08.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Samstag, d. 27.08.11

10.30 Uhr 2. Punktspiel (Heim)

Treff: 09.00 Uhr

Gegner: FC Erzgebirge Aue

Montag, d. 29.08.11

17.00 – 18.30 Uhr Training (Jahnsportforum / Kunstrasen)

18.30 – 19.30 Uhr Training (Kraftraum)

Gorkow

Jarchow

Kadur

Dienstag, d. 30.08.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Donnerstag, d. 01.09.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Montag, d. 05.09.11

17.00 – 18.30 Uhr Training (Jahnsportforum / Kunstrasen)

18.30 – 19.30 Uhr Training (Kraftraum)

Kayser

Kroh

Kroll

Dienstag, d. 06.09.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Donnerstag, d. 08.09.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Samstag, d. 10.09.11

14.00 Uhr 3. Punktspiel (Auswärts)

Treff: wird noch bekannt gegeben

Gegner: Tennis Borussia Berlin

Montag, d. 12.09.11

17.00 – 18.30 Uhr Training (Jahnsportforum / Kunstrasen)

18.30 – 19.30 Uhr Training (Kraftraum)

Lang

Lipp

Müller

Dienstag, d. 13.09.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Donnerstag, d. 15.09.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Montag, d. 19.09.11

17.00 – 18.30 Uhr Training (Jahnsportforum / Kunstrasen)

18.30 – 19.30 Uhr Training (Kraftraum)

Nack

Pretzer

Riedel

Dienstag, d. 20.09.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Donnerstag, d. 22.09.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Sonntag, d. 25.09.11

12.00 Uhr 4. Punktspiel (Heim)

Treff: 10.30 Uhr

Gegner: Tasmania Gropiusstadt

Montag, d. 26.09.11

17.00 – 18.30 Uhr Training (Jahnsportforum / Kunstrasen)

18.30 – 19.30 Uhr Training (Kraftraum)

Schmidt

Schwartz

Stövesand

Dienstag, d. 27.09.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Donnerstag, d. 29.09.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Samstag, d. 01.10.11

14.00 Uhr 5. Punktspiel (Auswärts)

Treff: wird noch bekannt gegeben

Gegner: FC Energie Cottbus II

Dienstag, d. 04.10.11
17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

*Ulrich
Willms
Zutz*

Donnerstag, d. 06.10.11
17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Sonntag, d. 09.10.11
10.30 Uhr 6. Punktspiel (Heim)
Treff: 09.00 Uhr
Gegner: FSV Zwickau

Montag, d. 10.10.11
17.00 – 18.30 Uhr Training (Jahnsportforum / Kunstrasen)
18.30 – 19.30 Uhr Training (Kraftraum)

*Arnold
Aßmann
Emendörfer*

Dienstag, d. 11.10.11
17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Donnerstag, d. 13.10.11
17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Montag, d. 17.10.11
10.00 – 11.30 Uhr Training (Jahnsportforum / Kunstrasen)
13.30 – 15.00 Uhr Training (Jahnsportforum / Kunstrasen)
15.00 – 16.00 Uhr Training (Kraftraum)

*Gorkow
Jarchow
Kadur*

Dienstag, d. 18.10.11
10.00 – 11.30 Uhr Training (Jahnsportforum / Kunstrasen)
13.30 – 15.00 Uhr Training (Jahnsportforum / Kunstrasen)
15.00 – 16.00 Uhr Training (Kraftraum)

Donnerstag, d. 20.10.11
10.00 – 11.30 Uhr Training (Jahnsportforum / Kunstrasen)
13.30 – 15.00 Uhr Training (Jahnsportforum / Kunstrasen)
15.00 – 16.00 Uhr Training (Kraftraum)

Freitag, d. 21.10.11
10.00 – 11.30 Uhr Training (Jahnsportforum / Kunstrasen)
13.30 – 15.00 Uhr Training (Jahnsportforum / Kunstrasen)

Sonntag, d. 23.10.11
12.00 Uhr 7. Punktspiel (Auswärts)
Treff: wird noch bekannt gegeben
Gegner: FC Hansa Rostock

Montag, d. 24.10.11
17.00 – 18.30 Uhr Training (Jahnsportforum / Kunstrasen)
18.30 – 19.30 Uhr Training (Kraftraum)

*Kayser
Kroh
Kroll*

Dienstag, d. 25.10.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Donnerstag, d. 27.10.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Samstag, d. 29.10.11

10.30 Uhr 8. Punktspiel (Heim)

Treff: 09.00 Uhr

Gegner: Chemnitzer FC

Montag, d. 31.10.11 (Feiertag)

17.00 – 18.30 Uhr Training (Jahnsportforum / Kunstrasen)

18.30 – 19.30 Uhr Training (Kraftraum)

Lang

Lipp

Müller

Dienstag, d. 01.11.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Donnerstag, d. 03.11.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Sonntag, d. 06.11.11

10.30 Uhr 9. Punktspiel (Auswärts)

Treff: wird noch bekannt gegeben

Gegner: Türkiyemspor Berlin

Montag, d. 07.11.11

17.00 – 18.30 Uhr Training (Jahnsportforum / Kunstrasen)

18.30 – 19.30 Uhr Training (Kraftraum)

Nack

Pretzer

Riedel

Dienstag, d. 08.11.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Donnerstag, d. 10.11.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Montag, d. 14.11.11

17.00 – 18.30 Uhr Training (Jahnsportforum / Kunstrasen)

18.30 – 19.30 Uhr Training (Kraftraum)

Schmidt

Schwartz

Stövesand

Dienstag, d. 15.11.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Donnerstag, d. 17.11.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Samstag, d. 19.11.11

13.00 Uhr 10. Punktspiel (Heim)

Treff: wird noch bekannt gegeben

Gegner: 1. FC Union Berlin

Montag, d. 21.11.11

17.00 – 18.30 Uhr Training (Jahnsportforum / Kunstrasen)

18.30 – 19.30 Uhr Training (Kraftraum)

Ulrich

Willms

Zutz

Dienstag, d. 22.11.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Donnerstag, d. 24.11.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Samstag, d. 26.11.11

11.00 Uhr 11. Punktspiel (Auswärts)

Treff: wird noch bekannt gegeben

Gegner: FC Rot-Weiß Erfurt

Montag, d. 28.11.11

17.00 – 18.30 Uhr Training (Jahnsportforum / Kunstrasen)

18.30 – 19.30 Uhr Training (Kraftraum)

Arnold

Aßmann

Emendörfer

Dienstag, d. 29.11.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Donnerstag, d. 01.12.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Samstag, d. 03.12.11

13.00 Uhr 12. Punktspiel (Heim)

Treff: wird noch bekannt gegeben

Gegner: Hertha BSC II

Montag, d. 05.12.11

17.00 – 18.30 Uhr Training (Jahnsportforum / Kunstrasen)

18.30 – 19.30 Uhr Training (Kraftraum)

Gorkow

Jarchow

Kadur

Dienstag, d. 06.12.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Donnerstag, d. 08.12.11

17.30 – 19.00 Uhr Training (Rostocker-Str. / Rasen)

Samstag, d. 11.12.11

13.00 Uhr 13. Punktspiel (Auswärts)

Treff: wird noch bekannt gegeben

Gegner: Berliner SC

verantwortliche Trainer:

Lennart Claussen

0176-24826581

lennartclaussen@hotmail.com

Tobias Sieg
0151-23000553
Tobias-sieg@web.de

Abmeldungen nur persönlich; nicht über SMS, E-Mail oder Dritte