



Vorbereitungsplan Rückrunde Saison 2011/2012



Montag	27.02.12	19.00 H	Lauf u. Hallentraining
Mittwoch	29.02.12	18.45 H	Training
Samstag	03.03.12	10.30 H	Training anschl.gemeins. Mittagessen
Samstag	03.03.12	13.30 H	Training

Montag	05.03.12	19.00 H	Lauf u. Hallentraining
Mittwoch	07.03.12	18.45 H	Training
Freitag	09.03.12	18.45 H	Training
Sonntag	11.03.12	14.30 H	ASV Steinach II - TSV Oberalteich 1. Mannschaft

Dienstag	13.03.12	18.45 H	Training
Mittwoch	14.03.12	18.45 H	Training
Freitag	16.03.12	18.45 H	Training mit Versammlung
Sonntag	18.03.12	12.45 H 14.30 H	Spvgg Pondorf - TSV Oberalteich 1.u. 2 Mannschaft

Dienstag	20.03.12	18.45 H	Training
Mittwoch	21.03.12	18.45 H	Training
Freitag	23.03.12	18.45 H	Training mit Versammlung
Sonntag	25.03.12		Saisonstart TSV Oberalteich - Deggenau 12.45 H u. 14.30 H

Bitte zu jeder Trainingseinheit Laufschuhe mitnehmen!

Wer nicht zum Training kommen kann , bitte rechtzeitig bei mir absagen!
Telefonnummer: 09422/859433 od. Handy 0171/8839555

