



Trainingsplan 1. Mannschaft Sommervorbereitung 2023

Datum:	Tag:	Treffp.:	Beginn:	Maßnahme:	Ort:
10. Jun	Samstag				
11. Jun	Sonntag				
12. Jun	Montag			Lauf + Stabis	siehe Plan
13. Jun	Dienstag			Lauf + Stabis	siehe Plan
14. Jun	Mittwoch			Stabis	siehe Plan
15. Jun	Donnerstag			Lauf + Stabis / evtl. gemeinsame Fitnessseinheit	siehe Plan
16. Jun	Freitag			Stabis	siehe Plan
17. Jun	Samstag			Abschlussfahrt	
18. Jun	Sonntag			Abschlussfahrt	
19. Jun	Montag	18:15	18:30	Trainingsauftakt	Schlicht
20. Jun	Dienstag	18:15	18:30	Training	Schlicht
21. Jun	Mittwoch				
22. Jun	Donnerstag	18:15	18:30	Training	Schlicht
23. Jun	Freitag	17:45	19:00	1. FC Schlicht - SG Ursulapoppenricht	Schlicht
24. Jun	Samstag				
25. Jun	Sonntag				
26. Jun	Montag	18:15	18:30	Training	Schlicht
27. Jun	Dienstag	17:45	19:00	SpVgg SV Weiden - 1.FC Schlicht	Weiden
28. Jun	Mittwoch				
29. Jun	Donnerstag	18:15	18:30	Training	Schlicht
30. Jun	Freitag				
01. Jul	Samstag	13:00	16:00	Foto + 1. FC Schlicht - SpVgg Bayreuth II	Schlicht
02. Jul	Sonntag				
03. Jul	Montag	18:15	18:30	Training	Schlicht
04. Jul	Dienstag	18:15	18:30	Training	Schlicht
05. Jul	Mittwoch				
06. Jul	Donnerstag	18:15	18:30	Training	Schlicht
07. Jul	Freitag				
08. Jul	Samstag	13:45	15:00	1.FC Rieden - 1.FC Schlicht	Rieden
09. Jul	Sonntag				
10. Jul	Montag	18:15	18:30	Training	Schlicht
11. Jul	Dienstag	18:15	18:30	Training/evtl. Spiel gg. Tegernheim	Schlicht
12. Jul	Mittwoch				
13. Jul	Donnerstag	18:15	18:30	Training	Schlicht
14. Jul	Freitag				
15. Jul	Samstag			Toto Pokal	
16. Jul	Sonntag				
17. Jul	Montag				
18. Jul	Dienstag	18:15	18:30	Training	Schlicht
19. Jul	Mittwoch				
20. Jul	Donnerstag	18:15	18:30	Training	Schlicht
21. Jul	Freitag				
22. Jul	Samstag			1. Punktspiel Bezirksliga	
23. Jul	Sonntag				
Kurzfristige Änderungen sind möglich und werden in der Gruppe bekanntgegeben!					
Abmeldung:		Christoph Hegenbart 0160/96400934			