

Sport- und Sozialclub Jena e.V.
Trainingsplan Feldsaison 2020

	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		
	1. HF	2. HF	1. HF	2. HF	1. HF	2. HF	1. HF	2. HF	1. HF	2. HF	
15:30											15:30
16:00											16:00
16:30			Kn C				Kn B				16:30
17:00	Mini/Kn D/Mä D		Lars + Emma + Lotte		Mini/Kn D/Mä D		Lars + Paul + Lenya		Kn C	TW	17:00
17:30	Natallie + Christian + Julia				Natallie + Christian + Julia				Lars + Emma + Lotte	Markus (ab Mai)	17:30
18:00			Kn B / Kn A		Mä C/Mä B						18:00
18:30	GW U14 M Lars		Lars + Paul + Lenya		Julia + Lena		mJB		Mä C/Mä B	wJB/ Mä A	18:30
19:00	UGW U14 W Lars		mJB / mJA				Lars		Julia + Lena	Uwe + Hannah	19:00
19:30			Lars		wJB/Mä A						19:30
20:00					Uwe + Hannah		Herren/ mJA		Knaben A (+ Weimar)		20:00
20:30			Damen / wJA						Lars		20:30
21:00			Ben + Ida		Eltern						21:00
21:30							Damen/wJA				21:30
22:00			Herren				Ben + Ida				22:00
22:30											22:30

2002-2003	mjA	wjA	2010-2011	Kn C	Mä C	GW	gerade Woche
2004-2005	mjB	wjB	2012-2013	Kn D	Mä D	UGW	ungerade Woche
2006-2007	Kn A	Mä A	ab 2014	Mini		HF	Halbfeld
2008-2009	Kn B	Mä B				TW	Torwarttraining

Alle Trainingszeiten mit einer Platzzeit von 1 1/4 h beginnen bereits 15 min vorher mit einer Laufeinheit