

Trainingsplan TC Allensbach

Sommer 2019

Trainer:

Montag, Dienstag - Manfred

Mittwoch, Donnerstag - Felix

Freitag - Klaus

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
9 - 10		9:30 Christian Köppel				
10 - 11		Werner Schulze Thomas Fröhlich				
11 - 12						
12 - 13		Dirk Ruggaber Lukas Ruggaber Richard Morris				
13 - 14						
14 - 15		Noah Babic	Anton Kolbe Maurice Velten	Lando Staudte Emil Schweiker, Junis Lange Mia Paar		
15 - 16	Noah Babic	Elija Babic	Leo Blass Matthias Seyer Ruppert Oppersdorff			
16 - 17	Elija Babic	Julian Hülshoff Bennet Brunner	Ludmilla Oppersdorff Nele Vogt und Freundin	Sandra Demmler Stella Schöpf Michelle Pleimes		
17 - 18	Oliver Kohl-Frei Anja Lüdke-Paar	17:30 Maria Lavandeira	Bärbel Enz Petra Besuden Daniela Reich	Sebastian Becker		Herren
18 - 19	Heidi Oeggerli Regina Kern-W.	18:30 Brigitte Kemmer Evi Wallenborn Sonja Pannach	Marion Thum Brigitte Koch Manja Wagner	Herren 50		Herren
19 - 20	Klaus Michel Rene Oeggerli Wilfried Watschke		Nicolas Wehrle Maurice Tati Tim Ruggaber	Nicole Kolbe Myrjam Heintze Sonja Kagerer, Maïke Zander		
20 - 21	Christian Eckert Matthias Göbel Marcel Velten	Peter Kopping Ralf Erbach	Marco Schellenbaum Christian Heinstadt Richard Morris, Florian Kolbe	Sigi Wagner Kai Knebel		