

SW Varenrode



Vorbereitung Saison 2019/20 – Rückrunde Trainingsplan / Termine

Hallenplan – einfach nur kicken

Samstag,	04.01.2020	Vormittags / Uhrzeit wird noch bekannt gegeben – Aufbau Bande	
Sonntag,	05.01.2020	Autohaus Knieper Cup Treff: 12:30 Uhr Beginn: 13:30 Uhr	
Mittwoch, Samstag,	08.01.2020 11.01.2020	20:00 Uhr	Sporthalle Spelle Vereinsinterne Hallenturnier Treff: wird noch bekannt gegeben Beginn: wird noch bekannt gegeben
Mittwoch, Mittwoch,	15.01.2020 22.01.2020	20:00 Uhr 20:00 Uhr	Sporthalle Spelle Sporthalle Spelle

Woche 1 / Start Vorbereitung Rückrunde:

Montag,	27.01.2020	19:00 Uhr	Training
Mittwoch,	29.01.2020	19:00 Uhr	Training
Freitag,	31.01.2020	18:30 Uhr	Training
Samstag,	01.02.2020	Testspiel in Wettringen II Treff: 12:20 Uhr Anstoss: 14:00 Uhr Anschließend zum Grillwürstchen o.ä eingeladen	

Woche 2:

Montag,	03.02.2020	19:00 Uhr	Training
Mittwoch,	05.02.2020	Testspiel in SC Hörstel Treff: 18:00 Uhr Anstoss: 19:30 Uhr	
Freitag, Sonntag,	07.02.2020 09.02.2020	18:30 Uhr offen	Gymn./Koordination-/Kräftigung – Physio Felix Gymn./Koordination-/Kräftigung – Physio Felix

Woche 3:

Montag,	10.02.2020	19:00 Uhr	Training
Dienstag,	11.02.2020		TUS in St. Arnold I Treff: 18:00 Uhr Anstoss: 19:30 Uhr
Freitag,	14.02.2020	18:30 Uhr	Training

Woche 3:

Montag,	17.02.2020	19:00 Uhr	Training
Mittwoch,	19.02.2020	19:00 Uhr	Training
Freitag,	21.02.2020	18:30 Uhr	Training
Sonntag,	23.02.2020		Testspiel - Offen Treff: Anstoss:

Woche 4:

Montag,	24.02.2020	19:00 Uhr	Training
Mittwoch,	26.02.2020	19:00 Uhr	Training
Freitag,	28.02.2020		Testspiel in Spelle SCSV U23 – SW Varenrode I Treff: 18:45 Uhr in Spelle Anstoss: 20:00 Uhr
Sonntag,	01.03.2020		Testspiel in Spelle SCSV U19 – SW Varenrode I Treff: 10:45 Uhr in Spelle Anstoss: 12:00 Uhr

Woche 5:

Montag,	02.03.2020	19:00 Uhr	Training
Mittwoch,	04.03.2020	19:00 Uhr	Training
Freitag,	06.03.2020	18:30 Uhr	Training
Sonntag,	08.03.2020		Rückrunde-/Saisonaufakt