



Offizieller Trainingsplan 1. Mannschaft für die Rückrunde der Saison 2013/2014



1. Trainingswoche

Fr 07.02.2014 18:30 Uhr Training

2. Trainingswoche

Mo 10.02.2014 19:00 Uhr Training
 Mi 12.02.2014 19:00 Uhr SV Oberzell – SG Argental
 Fr 14.02.2014 18:30 Uhr Training

3. Trainingswoche

Mo 17.02.2014 20:15 Uhr 1. Boxtraining in Langenargen
 Di 18.02.2014 20:00 Uhr Training - Laimnau Halle
 Do 20.02.2014 19:00 Uhr SG Argental – TSV Ratzenried
 Fr 21.02.2014 18:30 Uhr Training

4. Trainingswoche

Mo 24.02.2014 20:15 Uhr 2. Boxtraining in Langenargen
 Di 25.02.2014 20:00 Uhr Training - Laimnau Halle
 Mi 26.02.2014 19:00 Uhr Training

→ F A S N E T ←

5. Trainingswoche

Mi 05.03.2014 ?? Uhr Thermalbad Meersburg
 Do 06.03.2014 Trainingslager Italien
 Fr 07.03.2014 Trainingslager Italien
 Sa 08.03.2014 Trainingslager Italien
 So 09.03.2014 Trainingslager Italien

6. Trainingswoche

Di 11.03.2014 19:30 Uhr Training
 Do 13.03.2014 19:30 Uhr Training
 Sa 15.03.2014 16:00 Uhr SG Argental – SV Baidt

7. Trainingswoche

Di 18.03.2014 19:00 Uhr SG Baienfurt – SG Argental
 Do 20.03.2014 19:00 Uhr VFL Brochenzell – SG Argental
 Fr 21.03.2014 18:30 Uhr Training

8. Trainingswoche

Mo 24.03.2014 19:30 Uhr Training
 Di 25.03.2014 19:30 Uhr Training
 Do 27.03.2014 19:00 Uhr Training mit anschließender Besprechung
 So 30.03.2014 15:00 Uhr SV Oberteuringen – SG Argental

- Grundfitness wird zum Trainingsauftakt vorausgesetzt (regelm. davor zum Joggen)!
- Bitte zu allen Trainingseinheiten während der Vorbereitung Laufschuhe mitbringen!
- Änderungen vorbehalten!
- Es wird um pünktliches Erscheinen gebeten!

