



Wintervorbereitung Saison 2014/2015 SG Lahnfels

Bis zum 26.01. sollte jeder mind. 5 Laufeinheiten (ca. 45 min) absolviert haben

Datum	Tag	Uhrzeit	Training/Spiel/frei
26.01.	Montag	19:00	Training
27.01.	Dienstag	19:00	Training
28.01.	Mittwoch		frei
29.01.	Donnerstag	19:00	Training
30.01.	Freitag		
31.01.	Samstag	13:00 / 15:00	Spiel (I. + II. Mannschaft) SG Lahnfels - SV Eckelshausen (ausgefallen)
01.02.	Sonntag		frei
02.02.	Montag		frei
03.02.	Dienstag	19:00	Training
04.02.	Mittwoch	19:00	Training
05.02.	Donnerstag		frei
06.02.	Freitag	19:00	Training
07.02.	Samstag	13:00	Blitzturnier beim VFB Wetter
08.02.	Sonntag	13:00 / 15:00	Spiel (I. + II. Mannschaft) TSV Gemünden - SG Lahnfels
09.02.	Montag	19:00	Training
10.02.	Dienstag		frei
11.02.	Mittwoch	19:00	Training
12.02.	Donnerstag		frei
13.02.	Freitag	19:00	Training
14.02.	Samstag	14:00	Spiel (II. Mannschaft) SG Lahnfels II - TSV Betziesdorf
15.02.	Sonntag	15:00	Spiel (I. Mannschaft) Dernbach / Wommelshausen - SG Lahnfels
16.02.	Montag		frei (Rosenmontag)
17.02.	Dienstag	19:00	Training
18.02.	Mittwoch	19:00	Training
19.02.	Donnerstag		frei
20.02.	Freitag	19:00	Training
21.02.	Samstag		frei
22.02.	Sonntag	15:00	Spiel (I. Mannschaft) TSV Michelbach - SG Lahnfels
23.02.	Montag		frei
24.02.	Dienstag	19:00	Training
25.02.	Mittwoch		frei
26.02.	Donnerstag	19:00	Training
27.02.	Freitag		frei
28.02.	Samstag		frei
01.03.	Sonntag	13:00 / 15:00	Rückrundenstart I. + II. Mannschaft bei der FSG Südkreis

Bitte Laufschuhe zu jedem Training mitbringen (auch während der laufenden Saison)!!!

Abmeldungen über Michael Fett / Thomas Lampmann

Michael Fett Tel. 0170-4067403

Thomas Lampmann Tel. 0171-6336148