



Sommervorbereitung Saison 2015/2016 SG Lahnfels

Bis zum 28.06. muss jeder mind. 6 Laufeinheiten (ca. 45 min) absolviert haben

Datum	Tag	Uhrzeit	Training/Spiel/frei
28.06.	Sonntag	10:30	Training / anschliessend gemütliches beisamensein mit Grillen
29.06.	Montag		frei
30.06.	Dienstag	18:45	Training
01.07.	Mittwoch	18:45	Training
02.07.	Donnerstag		frei
03.07.	Freitag	18:45	Training / Einstandsfeier neue Spieler
04.07.	Samstag	14:30	Training
05.07.	Sonntag		Spiel (I. + II. Mannschaft) SG Lahnfels - ???
06.07.	Montag	18:00	Training / Sparkassen Cup in Bauerbach 1. FC Waltal - SG Lahnfels
07.07.	Dienstag	18:45	Training
08.07.	Mittwoch		Training / Eventuell Hauptrunde in Bauerbach
09.07.	Donnerstag		frei
10.07.	Freitag	18:45	Training
11.07.	Samstag	13:30 / 15:30	Spiel (II. Mannschaft) TSV Gemünden - SG Lahnfels
12.07.	Sonntag		frei
13.07.	Montag		frei
14.07.	Dienstag	18:45	Training
15.07.	Mittwoch	19:00	Spiel (II. Mannschaft) SG Rosphe - SG Lahnfels
15.07.	Mittwoch	19:00	Spiel (I. Mannschaft) Bad Endbach - SG Lahnfels
16.07.	Donnerstag		frei
17.07.	Freitag		"Trainingslager in Sarnau" extra Plan wird erstellt
18.07.	Samstag		"Trainingslager in Sarnau" extra Plan wird erstellt
19.07.	Sonntag	13:15 / 15:00	"Trainingslager in Sarnau" extra Plan wird erstellt / SGL - TSV Michelbach
20.07.	Montag		frei
21.07.	Dienstag	19:00	Spiel (I. Mannschaft) SG Lahnfels - SV Eckelshausen
22.07.	Mittwoch	18:45	Training
23.07.	Donnerstag		frei
24.07.	Freitag	18:45	Training
25.07.	Samstag	15:00	Spiel (I. Mannschaft) Türkiyemspor Giessen - SG Lahnfels
26.07.	Sonntag	13:30 / 15:00	Spiel (I. + II. Mannschaft) SG Wollmar / Fronhausen - SG Lahnfels
27.07.	Montag		
28.07.	Dienstag	18:45	Training
29.07.	Mittwoch	18:45	Training
30.07.	Donnerstag		
31.07.	Freitag	18:45	Training
01.08.	Samstag		
02.08.	Sonntag		Beginn der Punktrunde

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

Abmeldungen über Horst Prenzer / Thomas Lampmann

Horst Prenzer Tel. **0152-21790708**

Thomas Lampmann Tel. **0171-6336148**