

Vorläufiger Plan Saison 2019/2020

Stand
11.07.2019



Sommervorbereitung Saison 2019/2020 SG Lahnfels

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

Datum	Tag	Uhrzeit	Training/Spiel/frei
29.06.2019	Samstag	10:30	Trainingsauftakt zur Saison 2019/2020
30.06.2019	Sonntag	10:30	Training
01.07.2019	Montag	18:30	Trainingslauf / Sauna Gisselberg --- alternative Laufgruppe in Sarnau
02.07.2019	Dienstag	19:00	Training
03.07.2019	Mittwoch		
04.07.2019	Donnerstag	19:00	Training
05.07.2019	Freitag	19:00	Training
06.07.2019	Samstag	14:30	VB-Spiel 2. Mannschaft: SV Emsdorf II - SG Lahnfels II --- abgesagt
07.07.2019	Sonntag	16:00	VB-Spiel 1. Mannschaft: SG Silberg/Eisenhausen - SG Lahnfels 1:5
08.07.2019	Montag	19:00	Trainingslauf / Sauna Gisselberg --- alternative Laufgruppe in Sarnau
09.07.2019	Dienstag	19:00	Training
10.07.2019	Mittwoch	19:00	Training
11.07.2019	Donnerstag		
12.07.2019	Freitag	18:45	Trainingslager / Spielersitzung / Grillen --- Rundenbesprechung Gruppenliga
13.07.2019	Samstag	08:30 / 11:15 / 15:30	Trainingslager / Anschließend Poolparty bei Burskis ab 18:00 Uhr
14.07.2019	Sonntag	13:30	VB-Spiel 1. Mannschaft: SG Lahnfels - SG Allendorf/Treis
14.07.2019	Sonntag	15:30 / 16:25 / 17:15	VB-Spiel 2. Mannschaft: SG Lahnfels II / FV Cölbe II / SSV Hommertshausen
15.07.2019	Montag	18:30	Trainingslauf / Sauna Gisselberg --- alternative Laufgruppe in Sarnau
16.07.2019	Dienstag	17:30	Beginn Meier III - Cup BSF-Richtsberg - SG Lahnfels
17.07.2019	Mittwoch	19:00	Training
18.07.2019	Donnerstag		
19.07.2019	Freitag	18:40 / 19:00	Meier III-Cup ??? / Training --- Rundenbesprechung Kreisliga B Gruppe II
20.07.2019	Samstag	14:00	Turnier Wehrda: 2. Mannschaft (Veltins Cup) / FV Wehrda - SG Lahnfels II
21.07.2019	Sonntag	13:30 / 15:30 ?	Meier III-Cup ??? / VB-Spiel 1. Mannschaft: Rennertehausen - SG Lahnfels
22.07.2019	Montag	19:00	Trainingslauf / Sauna Gisselberg --- alternative Laufgruppe in Sarnau
23.07.2019	Dienstag	19:00	1. Runde Krombacher Pokal (Pokalbegradigung) SSV Hatzbach - SG Lahnfels
24.07.2019	Mittwoch	19:00	Training
25.07.2019	Donnerstag		
26.07.2019	Freitag	19:00	Training
27.07.2019	Samstag	14:00	VB-Spiel 2. Mannschaft: VFL Dreihausen II - SG Lahnfels II
28.07.2019	Sonntag	15:00	Beginn der Punktrunde (Gruppenliga) Waldsolms - SG Lahnfels
29.07.2019	Montag	18:30	Trainingslauf / Sauna Gisselberg --- alternative Laufgruppe in Sarnau
30.07.2019	Dienstag	19:00	Training / 2. Runde Krombacher Pokal ???
31.07.2019	Mittwoch	19:00	Training
01.08.2019	Donnerstag	19:00	Training / 2. Mannschaft / Spielersitzung
02.08.2019	Freitag	19:00	Training / 1. Mannschaft / Spielersitzung
03.08.2019	Samstag		
04.08.2019	Sonntag	15:00	2. Punktspiel Gruppenliga: TSV Steinbach II - SG Lahnfels
04.08.2019	Sonntag	13:00	Beginn der Punktrunde (B-Liga) FV Wehrda II - SG Lahnfels II
05.08.2019	Montag	19:00	Trainingslauf / Sauna Gisselberg --- alternative Laufgruppe in Sarnau
06.08.2019	Dienstag	19:00	Training
07.08.2019	Mittwoch		
08.08.2019	Donnerstag	19:00	Training
09.08.2019	Freitag	19:00	3. Punktspiel Gruppenliga: SG Lahnfels - SSC Juno Burg ???
10.08.2019	Samstag	15:30	2. Punktspiel B-Liga II: SG Lahnfels II - Spvgg. Hassenh./Bellnh. ???

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

Abmeldungen über Horst Prenzer Tel. 0152-21790708 / Thomas Lampmann Tel. 0171-6336148