

**Trainingsplan Nordendarena vom 21.10.2024 bis 31.03.2025**

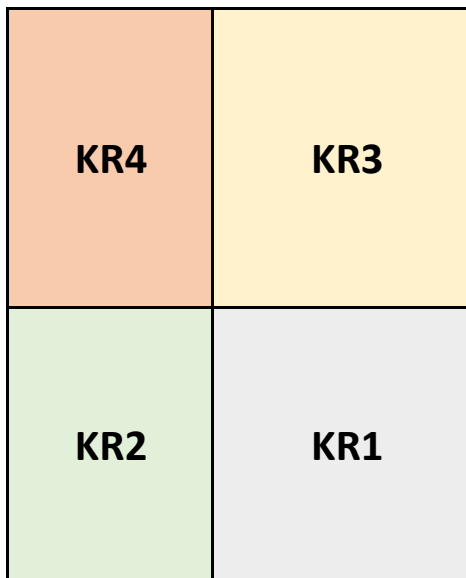
Montag				
Uhrzeit	KR 1	KR 2	KR3	KR4
16:00	E2	E2	F1	F1
16:15	E2	E2	F1	F1
16:30	E2	E2	F1	F1
16:45	E2	E2	F1	F1
17:00	E2/D1	E2/E3	D1-M	BAMBINI
17:15	D1	E3	D1-M	BAMBINI
17:30	D1	E3	D1-M	BAMBINI
17:45	D1	E3	D1-M	BAMBINI
18:00	D1/D2	E3/D3	D1-M/B2	BAMBINI/B2
18:15	D2	D3	B2	B2
18:30	D2	D3	B2	B2
18:45	D2	D3	B2	B2
19:00	D2/B1	D3/B1	B2/C-M	B2/C-M
19:15	B1	B1	C-M	C-M
19:30	B1	B1	C-M	C-M
19:45	B1	B1	C-M	C-M
20:00	B1/FZT	B1/FZT	C-M	C-M
20:15	FZT	FZT		
20:30	FZT	FZT		
20:45	FZT	FZT		
21:00	FZT	FZT		

Dienstag				
Uhrzeit	KR 1	KR 2	KR3	KR4
16:00	Ü70	Ü70		
16:15	Ü70	Ü70		
16:30	Ü70	Ü70		
16:45	Ü70	Ü70		
17:00	D4	F1	F1	F1
17:15	D4	F1	F1	F1
17:30	D4	F1	F1	F1
17:45	D4	F1	F1	F1
18:00	D4/C2	C2	F1/C1	F1/C1
18:15	C2	C2	C1	C1
18:30	C2	C2	C1	C1
18:45	C2	C2	C1	C1
19:00	C2/C2-M	C2/C2-M	C1/A1	C1/A1
19:15	C2-M	C2-M	A1	A1
19:30	C2-M	C2-M	A1	A1
19:45	C2-M	C2-M	A1	A1
20:00	C2-M/I.	C2-M/I.	A1/II.	A1/II.
20:15	I.	I.	II.	II.
20:30	I.	I.	II.	II.
20:45	I.	I.	II.	II.
21:00	I.	I.	II.	II.

Mittwoch				
Uhrzeit	KR 1	KR 2	KR3	KR4
16:00	F1	F1		
16:15	F1	F1		
16:30	F1	F1		
16:45	F1	F1		
17:00	D1	D3	D1-M	E-M
17:15	D1	D3	D1-M	E-M
17:30	D1	D3	D1-M	E-M
17:45	D1	D3	D1-M	E-M
18:00	D1/D2	D3/C2-M	D1-M/B2	E-M/B2
18:15	D2	C2-M	B2	B2
18:30	D2	C2-M	B2	B2
18:45	D2	C2-M	B2	B2
19:00	D2/B1	C2-M/B1	B2/C-M	B2/C-M
19:15	B1	B1	C-M	C-M
19:30	B1	B1	C-M	C-M
19:45	B1	B1	C-M	C-M
20:00	B1/Ü32	B1/Ü32	C-M/Ü40	C-M/Ü40
20:15	Ü32	Ü32	Ü40	Ü40
20:30	Ü32	Ü32	Ü40	Ü40
20:45	Ü32	Ü32	Ü40	Ü40
21:00	Ü32	Ü32	Ü40	Ü40

Donnerstag				
Uhrzeit	KR 1	KR 2	KR3	KR4
16:00				
16:15				
16:30				
16:45				
17:00	D1	D4	F2	F2
17:15	D1	D4	F2	F2
17:30	D1	D4	F2	F2
17:45	D1	D4	F2	F2
18:00	D1/C2	D4/C2	F2/C1	F2/C1
18:15	C2	C2	C1	C1
18:30	C2	C2	C1	C1
18:45	C2	C2	C1	C1
19:00	C2/C2-M	C2/C2-M	C1/A1	C1/A1
19:15	C2-M	C2-M	A1	A1
19:30	C2-M	C2-M	A1	A1
19:45	C2-M	C2-M	A1	A1
20:00	C2-M/I.	C2-M/I.	A1/II.	A1/II.
20:15	I.	I.	II.	II.
20:30	I.	I.	II.	II.
20:45	I.	I.	II.	II.
21:00	I.	I.	II.	II.

Freitag				
Uhrzeit	KR 1	KR 2	KR3	KR4
16:00				
16:15				
16:30				
16:45				
17:00	C1	C1	E1	E1
17:15	C1	C1	E1	E1
17:30	C1	C1	E1	E1
17:45	C1	C1	E1	E1
18:00	C1/B1	C1/B1	E1/B2	E1/B2
18:15	B1	B1	B2	B2
18:30	B1	B1	B2	B2
18:45	B1	B1	B2	B2
19:00	B1	B1	B2	B2
19:15	Heimspiele Ü32/Ü40			
19:30				
19:45				
20:00				
20:15				
20:30				
20:45				
21:00				



**Trainingsbeginn ist (bis auf die ersten Trainingszeiten des Tages) immer mit 15 min Erwärmung neben dem Platz vorgesehen. Beispiel D2 Trainingsbeginn Montag 18:00, auf den Trainingsplatz kann die D2 ab 18:15, die D1 hat den Platz fest bis 18:15. Nettotrainingszeit je Mannschaft 75 min inkl. 15 min Erwärmung neben dem Platz**

**Die Uhrzeit ist immer der Beginn: Beispiel die letzte Trainingsviertelstunde der B1 am Montag beginnt um 20:00, dann endet das Training um 20:15**

←  
**Zugang Nordendarena**

I.	1. Herren (Krüger/Schiff)	D-M	D-Jugend (Schulz/Beloch)
II.	2. Herren/Ü23 (Weigt/Gallrach)	D2-M	D-Jugend (Schulz/Schmitt)
Ü32	Altliga Ü32 (Edeling/Hausmann)	E1	E-Jugend (Ziegelsdorff/Landgraf)
Ü40	Altliga Ü40 (Kroll)	E2	E-Jugend (Zwarg)
		E3	E-Jugend (Sickel)
Ü70	Ü70()	E-M	E-Jugend (Schulz/Spiller)
FZT	Freizeitmannschaft (Bismarck)	F1	F-Jugend (v.Tentini/Bloch/Seiler) - (4 Spielgruppen Jg. 2016)
A1	A-Jugend (Klemencic/Michling)	F2	F-Jugend (Stade/Ecke)
B1	B-Jugend (Schubel/Rose/Groß)	BAMBINI	G-Jugend (Liedtke)
B2	B-Jugend (Gralow/Caliskan)		
C1	C-Jugend (Penkuhn/Franz)		
C2	C-Jugend (Gundlach/Warwell)		
C-M	C-Jugend (Hähnel/Wicke/Wend)		
C2-M	C-Jugend (Schmitt)		
D1	D-Jugend (Jaskolski/Graß/Noack)		
D2	D-Jugend (Kohlberg/Lange)		
D3	D-Jugend (Eberwein)		
D4	D-Jugend (Besekow/Gerhardt)		

**Stand:  
10.10.2024**