TuS Haltern am See von 1882 e.V. Trainingsplan 2018/2019

Wochentag	M								D								M								D								F							
Zeit/Platz	KR				NR				KR				NR				KR				NR				KR				NR				KR				NR			
16:30-17:00																											E3								KH	KH			F3	
17:00 - 17:30					C2	C2	E3				E2		F2	F3	F1						C2	C2	D3	D2			E3	E2	F2		F1				KH	KH	D3	D2	F3	
17:30 – 18:00	C1	C1	B	B	C2	C2	E3			E1	E2		F2	F3	F1		B	B	C1	C1	C2	C2	D3	D2	B	B	E3	E2	F2	E1	F1				KH	KH	D3	D2	F3	
18:00 – 18:30	C1	C1	B	B	C2	C2	E3		D1	E1	E2		F2	F3	F1		B	B	C1	C1	C2	C2	D3	D2	B	B	C1	E2	F2	E1	F1	D1	A	A			D3	D2		
18:30 – 19:00	C1	C1	B	B					D1	E1							B	B	C1	C1					B	B	C1	C1		E1		D1	A	A						
19:00 – 19:30					1	1	ST	ST	D1		A	A					A	A	AH	AH	1	1			TW		C1	C1	1	1		D1	A	A	2	2	1	1		
19:30 – 20:00					1	1	ST	ST	2	2	A	A					A	A	AH	AH	1	1			2	2	ST	ST	1	1					2	2	1	1		
20:00 – 20:30					1	1	ST	ST	2	2	A	A					A	A	AH	AH	1	1			2	2	ST	ST	1	1					2	2	1	1		
20:30 – 21:00									2	2															2	2	ST	ST												

KR= Kunstrasen, NR= Naturrasen