

Vorbereitungs-/Trainingsplan Sommer 2024

Datum	Tag	Einheit	Gegner	Ort	Uhrzeit	
30. Jun.	Sonntag	Training	Der innere Schweinehund	Scheidt	10:30	
1. Jul.	Montag	Training				1. Woche
2. Jul.	Dienstag	Training				
3. Jul.	Mittwoch	Frei				
4. Jul.	Donnerstag	Training				
5. Jul.	Freitag	Frei				
6. Jul.	Samstag	Frei				
7. Jul.	Sonntag	Spiel	DJK St. Ingbert	Scheidt	15:00	
8. Jul.	Montag	Training				2. Woche
9. Jul.	Dienstag	Training				
10. Jul.	Mittwoch	Frei				
11. Jul.	Donnerstag	Training				
12. Jul.	Freitag	Frei				
13. Jul.	Samstag	Trainingslager	Der innere Schweinehund	Scheidt	09:30	
14. Jul.	Sonntag	Trainingslager	1. FC Riegelsberg 2	Scheidt	10:00	
15. Jul.	Montag	Frei				3. Woche
16. Jul.	Dienstag	Training				
17. Jul.	Mittwoch	Frei				
18. Jul.	Donnerstag	Training				
19. Jul.	Freitag	Training				
20. Jul.	Samstag	Frei				
21. Jul.	Sonntag	Turnier		Bliesransbach	13:00	
22. Jul.	Montag	Frei				4. Woche
23. Jul.	Dienstag	Training				
24. Jul.	Mittwoch	Spiel	Hellas Bildstock 2	Scheidt	19:00	
25. Jul.	Donnerstag	Training				
26. Jul.	Freitag	Frei				
27. Jul.	Samstag	Frei				
28. Jul.	Sonntag	Spiel	TuS Rentrisch 1 & 2	Rentrisch	13:15/15:00	
29. Jul.	Montag	Frei				5. Woche
30. Jul.	Dienstag	Training				
31. Jul.	Mittwoch	Frei				
1. Aug.	Donnerstag	Training				
2. Aug.	Freitag	Training				
3. Aug.	Samstag	Frei				
4. Aug.	Sonntag	1. Punktspiel	noch offen	offen	offen	

Ablauf Trainingslager vom 13.-14.07.2024					
Datum	Tag	Was?	Beginn	Ende	
13. Jul.	Samstag	Training	09:30	11:30	
		Mittagessen	12:30	13:15	
		Mittagspause	Beschäftigung auf dem Gelände	13:15	16:30
		Training	16:30	18:15	
		Grillen	Mit Frau/Freundin/Kinder	18:45	
14. Jul.	Sonntag	Training	10:00	11:30	
		Mittagessen	12:30	13:15	
		Mittagspause		13:15	15:00
		Spiel	Spiel gegen 1. FC Riegelsberg 2	16:00	

Zu jeder Trainingseinheit sind **Fußball- und Laufschuhe** mitzubringen.
 Abgemeldet von Trainingseinheiten und Spielen wird sich **ausschließlich** bei den Trainern.
 Bei **Trainingseinheiten** spätestens **eine halbe Stunde** vor Beginn.
 Bei **Spiele**n spätestens **im letzten Training vor dem Spiel**.