

Saisenvorbereitung HSG Freiburg - Damen III			Trainingsinhalte		Kürzel
---	--	--	-------------------------	--	---------------

Aktuelles und mögliche Aenderungen auf der Homepage www.act-system.de/pages/sports/handball.php

Bitte um Beachtung, da Aenderungen bzw. Abweichungen fortlaufend möglich sind

Einzeltraining			ET
Taktik			TK
Kondition			KD
Koordination			KO
Mannschaftstraining			MT
Kraft			KT
Einzelgespräch			EG
Positionstraining			PT
Technik			TE

Tag	Datum	Uhrzeit	Ort	Bemerkungen
-----	-------	---------	-----	-------------

Freitag	25.06.	19.30	Sportpark Freiburg	Tennis-Schläger mitbringen, falls vorhanden Laufschuhe für Outdoor	Tennis	KD	KO	EG
Freitag	02.07.	19.30	Sportpark Freiburg	Tennis-Schläger mitbringen, falls vorhanden Laufschuhe für Outdoor	Tennis	KD	KO	EG
Freitag	09.07.	19.30	Sportpark Freiburg	Tennis-Schläger mitbringen, falls vorhanden Laufschuhe für Outdoor	Tennis	KD	KO	EG
Freitag	16.07.	19.30	Sportpark Freiburg	Tennis-Schläger mitbringen, falls vorhanden Laufschuhe für Outdoor	Tennis	KD	KO	EG
Freitag	23.07.	19.30	Sportpark Freiburg	Tennis-Schläger mitbringen, falls vorhanden Laufschuhe für Outdoor	Tennis	KD	KO	EG
Freitag	30.07.	19.30	DFG - Aussenanlage	Deutsch-Französisches Gymnasium - Runzstrasse 83 Laufschuhe für Outdoor		MT	KD	KT
Freitag	06.08.	19.30	DFG - Aussenanlage	Deutsch-Französisches Gymnasium - Runzstrasse 83 Laufschuhe für Outdoor		TE	KO	PT
Freitag	13.08.	19.30	DFG - Aussenanlage	Deutsch-Französisches Gymnasium - Runzstrasse 83 Laufschuhe für Outdoor				

Sonntag	15.08.	11.00	GGH - Halle	11.00-13.00 - 15.00-16.30 - 17.00-18.30 Uhr			MT	KD	ET
Freitag	20.08.	19.30	DFG - Aussenanlage	Deutsch-Französisches Gymnasium - Runzstrasse 83			ET	TK	PT
				Laufschuhe für Outdoor					
Freitag	27.08.	19.30	DFG - Aussenanlage	Deutsch-Französisches Gymnasium - Runzstrasse 83			ET	KD	PT
				Laufschuhe für Outdoor					
Freitag	03.09.	19.30	DFG - Aussenanlage	Deutsch-Französisches Gymnasium - Runzstrasse 83			MT	KO	TK
				Laufschuhe für Outdoor					
Sonntag	05.09.	11.00	Münchriedhalle	Vorbereitungsturnier DJK Singen					
		18.00	Konstanz-Hafen	Segeln in der Mainaubucht - Staad					
Freitag	10.09.	20.00	Halle Wentzinger				MT	TK	
Freitag	17.09.	20.00	Halle Wentzinger				MT	TK	

Trainingszeiten		Freitag	20.00 - 21.30 Uhr	Halle Wentzinger					
-----------------	--	---------	-------------------	------------------	--	--	--	--	--