

Rahmenplan Hallen EM Almere/ Niederlande

11.01. – 17.01.10

Stand 02.12.09

	Mo. 11.01.	Di.12.01.	Mi.13.01	Do.14.01	Fr.15.01.	Sa.16.01.	So.17.01.
Wecken		07.45	07.30	07.30	08.00	07.30	
Lauf		08.00	07.45	07.45	08.15	07.45	
Frühstück		08.30	08.15	08.15	08.30	08.15	
	Treffen im Hotel Hotel Rheydter Residenz Lehwaldstraße 27-29 41236 Mönchengladbach- Rheydt 11.30 Uhr Besprechung	10.15 – 12.00 Uhr Training	09.30 Uhr Video 10.15 – 12.00 Uhr Training	09.30 Uhr Abfahrt nach Almere	10.00 Uhr Besprechung <i>(Zeit vom KNHB bestätigt)</i>	10.00 Uhr Besprechung <i>(Zeit vom KNHB bestätigt)</i> 11.00 Uhr Zwima 12.15 Uhr vs. Holland	Platzierungsspiel
Mittagessen	12.00	13.00	13.00	12.30	11.30		
	13.00 Uhr Mittagsschlaf 15.30 – 16.45Uhr Training 17.00 Uhr ZWIMA 17.45 – 18.45 Uhr Eckentraining	13.30 – 15.00 Uhr Mittagsschlaf 15.15 Uhr ZWIMA 16.00 – 17.00 Training 17.30 Uhr Video	13.30 – 15.00 Uhr Mittagsschlaf 15.15 Uhr ZWIMA 16.00 – 17.00 Training 17.30 Uhr Video	13.30 – 16.00 Uhr Mittagsschlaf 16.15 Uhr Zwima 18.00 – 19.00 Uhr Training <i>(Zeit vom KNHB bestätigt)</i>	12.30 Uhr Abfahrt 13.45 Uhr vs. Czech Rep. 15.00 Uhr Zwima 16.30 Uhr Besprechung 17.40 Uhr vs. Austria	16.20 Uhr 1 A – 2 B 18.45 Uhr 2 A – 1 B	
Abendessen	19.00 Uhr	18.00	18.00 Uhr	20.00 Uhr			
		20.30 Uhr TSP vs. CHTC	20.30 Uhr TSP vs. RW Köln				
		21.30 Uhr ZWIMA	22.00 Uhr Zwima				

Sporthalle Kirschhecke
Kirschhecke 10
41199 Mönchengladbach /
Telefon: 02166/ 601669

Topsportcentrum Almere
De Pierre de Coubertinaan 7
1362 LA Almere
Netherlands

Hotel Rheydter Residenz
Lehwaldstraße 27-29
41236 Mönchengladbach-Rheydt
Deutschland

Telefon: +49 . (0)2166 . 62 96-0
Telefax: +49 . (0)2166 . 62 96-99

E-Mail: hotel@rheydter-residenz.de

Bastion Hotel Almere
Audioweg 1
1322 AT Almere, Netherlands

Zimmereinteilung MG und Almere:

DZ Spieler:

Jacobi / Otto
Walter/ Matania
Arnold/ Lim
Cartsburg/ Nguyen
Swiatek/ Fuhrmann
Hablawetz/ Trump

DZ Trainer/ Betreuer:

Alisch/Lindemann
Stoffels/ Fistler

EZ Trainer / Betreuer:

Mülders
Ziaja

Zusätzlich im Trainingskader: Niclas Thiel (RWK), Moritz Polk (UHTC), Marcus Funken (GHTC), Lennard Leist (GHTC)