

Rheydter Spielverein

Hockey + Tennis e.V.

Trainingsplan Halle 2009/2010

Änderungen sind rot markiert

Mannschaft	Jahrgang	Trainingstage	Zeit	Ort
Supermini	2003 & jünger	Freitag	16:00 - 17:00	Backeshof
Mädchen D	2001/02	Dienstag	15:45 - 17:15	Backeshof
		Samstag	10:00 - 11:30	Rheindahlen
Knaben D	2001/02	Montag	16:00 - 17:30	Wickrath
		Donnerstag	16:45 - 18:15	Backeshof
Mädchen C	1999/2000	Dienstag	16:00 - 17:15	Wickrath
		Mittwoch / Athletiktraining	17:00 - 18:00	Grenzlandstadion
		Samstag	11:30 - 13:00	Rheindahlen
Knaben C	1999/2000	Montag	17:00 - 19:00	Wickrath
		Mittwoch / Athletiktraining	17:00 - 18:00	Grenzlandstadion
		Samstag	11:30 - 13:00	Backeshof
Mädchen B1	1997/1998	Dienstag	17:15 - 18:30	Wickrath
		Mittwoch / Athletiktraining	18:00 - 19:00	Grenzlandstadion
		Samstag	11:30 - 13:00	Espenstr.
Mädchen B2+3	1997/1998	Dienstag	17:15 - 18:45	Backeshof
		Mittwoch / Athletiktraining	18:00 - 19:00	Grenzlandstadion
		Samstag	10:00 - 11:30	Espenstr.
Knaben B 1	1997/1998	Dienstag	18:45 - 20:30	Backeshof
		Mittwoch / Athletiktraining	18:00 - 19:00	Grenzlandstadion
		Freitag	17:00 - 19:00	Backeshof
Knaben B 2	1997/1998	Dienstag	18:45 - 20:30	Backeshof
		Mittwoch / Athletiktraining	18:00 - 19:00	Grenzlandstadion
		Freitag	15:30 - 17:00	Mülfort
Knaben B 3	1997/1998	Montag	17:30 - 19:00	Wickrath
		Mittwoch / Athletiktraining	18:00 - 19:00	Grenzlandstadion
		Freitag	15:30 - 17:00	Mülfort
Mädchen A	1995/1996	Dienstag	17:15 - 18:30	Wickrath
		Mittwoch / Athletiktraining	19:00 - 20:00	Grenzlandstadion
		Samstag	11:30 - 13:00	Espenstr.
Knaben A1	1995/1996	Montag	19:00 - 20:30	Backeshof
		Mittwoch / Athletiktraining	19:00 - 20:00	Grenzlandstadion
		Freitag	17:00 - 19:00	Backeshof
Knaben A2	1995/1996	Dienstag	18:45 - 20:30	Backeshof
		Mittwoch / Athletiktraining	19:00 - 20:00	Grenzlandstadion
		Freitag	17:00 - 19:00	Backeshof
Weibl. Jugend B1+2	1993/1994	Dienstag	18:30 - 20:00	Wickrath
		Mittwoch / Athletiktraining	19:00 - 20:00	Grenzlandstadion
		Donnerstag	17:00 - 18:30	Mülfort
Männl. Jugend B	1993/1994	Montag	19:00 - 20:30	Backeshof
		Mittwoch / Athletiktraining	19:00 - 20:00	Grenzlandstadion
		Donnerstag	18:30 - 20:00	Mülfort
Männl. Jugend A	1991/1992	Montag	20:00 - 22:00	Mülfort
		Mittwoch / Athletiktraining	19:00 - 20:00	Grenzlandstadion
		Donnerstag	18:30 - 20:00	Mülfort
Torwarttraining		Samstag	10:00 - 11:00	Backeshof
1. + 2. Damen		Montag	20:00 - 22:00	Backeshof
		Donnerstag	18:15 - 20:00	Backeshof
2. + 3. Herren		Montag	20:00 - 22:00	Mülfort
1. Herren		Dienstag	20:30 - 22:30	Backeshof
		Donnerstag	20:00 - 22:30	Backeshof

Halle Backeshof: Backeshofstr.
Halle Mülfort: Mehrzweckhalle Realschulstr.
Halle Wickrath: Voigtshoferallee
Halle Rheindahlen: Geusenstr.
Halle Espenstr.: Gesamtschule Espenstr.

Rheydter Spielverein

Hockey + Tennis e.V.

Trainingsplan Halle 2009/2010

gültig vom 26.10. bis 31.12.2009

	Montag			Dienstag		Mittwoch	Donnerstag		Freitag		Samstag			
	Backeshof	Mülfort	Wickrath	Backeshof	Wickrath	Grenzlandstadion	Backeshof	Mülfort	Backeshof	Mülfort		Backeshof	Rheindahlen	Espenstr.
											09:00			
15:30											09:30			
15:45				15:45							10:00	10:00	10:00	10:00
16:00			16:00	MD1+2	16:00						10:30	TW-Training	MD1+2	MB2+3
16:15			KD1+2		MC1,2+3						11:00			
16:30											11:30	11:30	11:30	11:30
16:45											12:00	KC1+2	MC1,2+3	MA+MB1
17:00						17:00	16:45	17:00	16:00	17:00	12:30			
17:15				17:15	17:15	Athletik	KD1+2	wJB1+2	Superminis		13:00	13:00	13:00	13:00
17:30				MB2+3	MA+MB1	MC/KC			beide Gruppen					
17:45			17:30											
18:00			KC1+2			18:00								
18:15			KB3			Athletik								
18:30					18:30	MB/KB	18:15							
18:45				18:45	wJB1+2		1.+2. Damen	18:30						
19:00	19:00			KB1+2		19:00		mJB/mJA	19:00					
19:15	MJB/KA1			KA2		Athletik								
19:30						MA/KA und älter								
19:45						20:00								
20:00		20:00						20:00						
20:15								Handball						
20:30		2.+3.Herren		20:30				<i>bis 17.12.09</i>						
20:45	20:30	mJA		<i>bis 17.12.09</i>				1. Herren						
21:00	20:30			1. Herren				<i>bis 17.12.09</i>						
21:15	1.+2. Damen													
21:30														
21:45		22:00												
22:00														
22:15														
22:30				22:30										

Halle Backeshof: Backeshofstr.
Halle Mülfort: Mehrzweckhalle Realschulstr.
Halle Wickrath: Voigtshoferallee
Halle Rheindahlen: Geusenstr.
Halle Espenstr.: Gesamtschule Espenstr.

Rheydter Spielverein

Hockey + Tennis e.V.

Trainingsplan Halle 2009/2010

gültig ab Januar 2010

	Montag			Dienstag		Mittwoch	Donnerstag		Freitag		Samstag			
	Backeshof	Mülfort	Wickrath	Backeshof	Wickrath	Grenzlandstadion	Backeshof	Mülfort	Backeshof	Mülfort		Backeshof	Rheindahlen	Espenstr.
											09:00			
15:30											09:30			
15:45				15:45							10:00	10:00	10:00	10:00
16:00			16:00	MD1+2	16:00						10:30	TW-Training	MD1+2	
16:15			KD1+2		MC1+2						11:00			
16:30											11:30	11:30	11:30	11:30
16:45							16:45				12:00	KC1+2	MC1+2	MB2+3
17:00						17:00	KD1+2	17:00			12:30			
17:15				17:15	17:15	Athletik		MA/MB1	17:00		13:00	13:00	13:00	13:00
17:30			17:30	MB2+3	MA+MB1	MC/KC			KB1/KA1+2					
17:45			KC1+2											
18:00			KB3			18:00								
18:15						Athletik								
18:30						MB/KB	18:15							
18:45				18:45	18:30		wJB1+2	18:30						
19:00	19:00			KB1+2	wJB1+2	19:00		mJB/mJA	19:00					
19:15	MJB/KA1			KA2		Athletik								
19:30						MA/KA und älter								
19:45						20:00		20:00						
20:00		20:00		20:30	20:00									
20:15														
20:30		2.+3.Herren		2.+3.Herren										
20:45	20:30	mJA												
21:00														
21:15	1.+2. Damen													
21:30														
21:45		22:00												
22:00														
22:15														
22:30				22:30										

Halle Backeshof: Backeshofstr.
Halle Mülfort: Mehrzweckhalle Realschulstr.
Halle Wickrath: Voigtshoferallee
Halle Rheindahlen: Geusenstr.
Halle Espenstr.: Gesamtschule Espenstr.