



## Vorbereitungsplan BSC Altenhain Winter 2019

Trainer: Christian Schultheis

0177 – 2153859

sh.sport@web.de

Thomas Kosleck

0162 – 6769114

thomaskosleck@yahoo.de

Datum	Uhrzeit		Ort
Sonntag, 20.01.2019	12:00	Training anschl. Grillen	Altenhain
Dienstag, 22.01.2019	19:30	Training	Altenhain
Donnerstag, 24.01.2019	19:30	Training	Altenhain
Freitag, 25.01.2019	19:30	Training	Altenhain
Sonntag, 27.01.2019	12:30	Spiel 2. Mannschaft geg. Lorsbach II	Altenhain
	14:30	Spiel 1. Mannschaft geg. Nied III	Altenhain
Dienstag, 29.01.2019	19:30	Training	Altenhain
Donnerstag, 31.01.2019	19:30	Training	Altenhain
Sonntag, 03.02.2019	13:00	Spiel 2. Mannschaft	Kelkheim
	15:00	Spiel 1. Mannschaft	Kelkheim
Dienstag, 05.02.2019	19:30	Training	Altenhain
Donnerstag, 07.02.2019	19:30	Training	Altenhain
Sonntag, 10.02.2019	13:00	Spiel 2. Mannschaft geg. GSU FFM	Altenhain
	15:00	Spiel 1. Mannschaft geg. Schneidhain	Altenhain
Dienstag, 12.02.2019	19:30	Training	Altenhain
Freitag, 15.02.2019	20:00	Spiel 1. Mannschaft	Ginnheim
Sonntag, 17.02.2019	13:00	Spiel 2. Mannschaft geg. Schwalbach II	Altenhain
	15:00	Spiel 1. Mannschaft geg. SC Goldstein	Altenhain
Dienstag, 19.02.2019	19:30	Training	Altenhain
Donnerstag, 21.02.2019	19:30	Spiel 2. Mannschaft	Sulzbach
Sonntag, 24.02.2019	19:30	Training	Altenhain

Weitere Spiele kurzfristig möglich. Änderungen werden rechtzeitig bekannt gegeben.

Donnerstags Spielersitzung nach dem Training.

Zu allen Trainingseinheiten und Spielen sind Fußball- und Laufschuhe mitzubringen.

Absagen:

Training: bis 2 Stunden vor Trainingsbeginn.

Spiel: bis 3 Stunden vor Treffpunkt.

Treffpunkte zu den Spielen werden vorher bekannt gegeben.

**Allen eine erfolgreiche und verletzungsfreie Vorbereitung und Saison**