

SG HFC Osterspai/Kestert/Prath

Vorbereitungsplan Rückrunde 2011/2012

<u>Tag</u>	<u>Datum</u>	<u>Trainingsmaßnahme</u>	<u>Uhrzeit</u>
SA	28.01.2012	Training Prath	15:00
		anschl. Spielersitzung mit SG- Vorstand!	17:00
MI	01.02.2012	Training in Osterspai/St.Goarshausen	18:30
FR	03.02.2012	Spiel in Dachsenhausen 2	19:00
MI	08.02.2012	Training in Osterspai/St.Goarshausen	18:30
DO	09.02.2012	Spiel in Rübenach	19:00
SO	12.02.2012	Spiel in Lorch	14:00
MI	15.02.2012	Training in Osterspai/St.Goarshausen	18:30
FR	17.02.2012	Training in Osterspai/St.Goarshausen	18:30
DO	23.02.2012	Fußballcourt Urmitz	21:00-22:30
SA	25.02.2012	Spiel Nievern 3 in Ems - Kunstrasen	15:30
MI	29.02.2012	Training in Osterspai/St.Goarshausen	18:30
FR	02.03.2012	Training in Osterspai/St.Goarshausen	18:30
SO	04.03.2012	in Holzhausen I	14:30

Zu allen Trainingseinheiten sind Fussballschuhe, Laufschuhe und Hallenschuhe mitzuführen!!!
 Auf ein gutes Jahr 2012 hoffen Klaus Engel, Tim Schmidt und Alexander Rau!
 In Osterspai gibt es z. Zt. keine Dusch und Umkleidemöglichkeit. Dies ist in St. Goarshausen/Heide
 völlig neu vorhanden. Darum wird das Training in St. Goarshausen beginnen.