

# Vorbereitungsplan SC Endorf

## Rückrunde Saison 2011/2012

Tag	Datum	Uhrzeit	
Freitag	24. Feb	18.30 !!	Trainingsauftakt mit ansch. Spielersitzung im Vereinslokal
Samstag	25. Feb	19.30	Internes Turnier in der Kick Arena Regensburg ansch. gemütlicher Bowlingabend (SuperBowl Gewerbepark)
Montag	27. Feb	20.00	Training Sportpark Listl "Spinning"
Mittwoch	29. Feb	19.00	Training
Freitag	02. Mrz	19.00	Koordinations-und Zirkeltraining in der Mehrzweckhalle Laaber ansch. Spielersitzung im Vereinslokal
Sonntag	04. Mrz	14.00	Vorbereitungsspiel gegen DJK Keilberg <b>evtl.KR</b>
Montag	05. Mrz	19.00	Training
Mittwoch	07. Mrz	19.30	Training Sportpark Listl "Tai Bo"
Freitag	09. Mrz	19.00	Training (bei schlechter Witterung evtl. MZ Halle Laaber) ansch. Spielersitzung im Vereinslokal
Samstag	10. Mrz		Vorbereitungsspiel beim FSV Prüfening <b>evtl. KR</b>
Sonntag	11. Mrz	15.00	Vorbereitungsspiel beim SV Harting
Montag	12. Mrz	19.00	Training
Mittwoch	14. Mrz	19.30	Training Sportpark Listl "Hot Iron"
Freitag	16. Mrz	19.00	Training ansch. Spielersitzung im Vereinslokal
Samstag	17. Mrz	17.00	Vorbereitungsspiel unter Flutlicht beim SV Maxhütte/Haid.
Sonntag	18. Mrz	15.00	Vorbereitungsspiel beim ASV Holzheim <b>evtl. KR</b>
Montag	19. Mrz	19.00	Training
Mittwoch	21. Mrz	19.00	Training
Freitag	23. Mrz	19.00	Training ansch. Spielersitzung im Vereinslokal
Samstag	24. Mrz	16.00	Vorbereitungsspiel gegen SG Painten
Sonntag	25. Mrz	15.00	Vorbereitungsspiel beim FC Saltendorf
Mittwoch	28. Mrz	19.00	Training
Freitag	30. Mrz	18.45!!	Abschlusstraining ansch. Spielersitzung im Vereinslokal
Sonntag	01. Apr	13.15	17. Saisonspiel I. Mannschaft gegen TSG Laaber II

Um mit beiden Mannschaften in eine erfolgreiche, verletzungsfreie, harmonische und kameradschaftliche Rückrunde zu starten ist eine regelmäßige Teilnahme an den Vorbereitungsterminen aller Spieler notwendig. Die Rückrunde soll auch schon als Vorbereitung für die nächste Saison dienen.

**Ich werde mich als Trainer besonders bemühen, Euch eine abwechslungsreiche und effektive Vorbereitung zu bieten.**

**Bitte zu jedem Training die Lauf- und Hallenschuhe mitbringen!!**

Abmeldungen vom Training bis spätestens eine Stunde vor Trainingsbeginn!!

Eine verletzungsfreie und schöne Vorbereitung

wünscht Euch der Trainer

**Ansprechpartner:**

Goß Christian: 016096339469 neu !!!!

094150762705