

Vorbereitungsplan Saison 2010/2011

DJK Aschaffenburg

Kreisklasse / A-Klasse

!!!Änderungen jederzeit möglich!!!

01.Juli	Do	19:00	Trainingsauftakt
02.Juli	Fr	19:00	Training
		20:15	Power-Cup
03.Juli	Sa		Power-Cup
04.Juli	So		<i>evtl. Halbfinale Power-Cup</i>
06.Juli	Di	19:00	Training
07.Juli	Mi		<i>Helferdienst Jugendstadtmeisterschaft</i>
08.Juli	Do	19:00	Freundschaftsspiele / Helferdienst Jugendstadtmeisterschaft
09.Juli	Fr	19:00	Training / <i>Helferdienst Jugendstadtmeisterschaft</i>
			<i>Pokalspiel</i>
10.Juli	Sa		<i>Helferdienst: Jugendstadtmeisterschaft</i>
11.Juli	So	09:30	DJK Sommerfest
			Freundschaftsspiel
13.Juli	Di	19:00	Training
15.Juli	Do	18:00	Stadtmeisterschaft
		19:00	Training für den restlichen Kader
16.Juli	Fr	19:00	Training / <i>evtl. Pokalspiel</i>
17.Juli	Sa		<i>evtl. Viertelfinale Stadtmeisterschaft</i>
18.Juli	So		Freundschaftsspiele
			<i>evtl. Halbfinale/Finale Stadtmeisterschaft</i>
20.Juli	Di	19:00	Training
Trainingslager			
23.Juli	Fr	19:00	Training
			<i>evtl. Pokalspiel</i>
24.Juli	Sa	09:00	"Guten-Morgen-Lauf"
			Frühstück
		11:00	Training
			Freundschaftsspiele
			<i>anschließend gemeinsamer Grillabend</i>
25.Juli	So	11:30	Training
26.Juli	Mo	19:00	Training
28.Juli	Mi	19:00	Freundschaftsspiel
30.Juli	Fr	19:00	Training
31.Juli	Sa		Freundschaftsspiel
01.August	So		Freundschaftsspiele
03.August	Di	19:00	Training
06.August	Fr	19:00	Training & Clubabend
08.August	So	15:00	1. Rundenspiel für beide Mannschaften

Zu jeder Trainingseinheit/Spiel sind Lauf- & Kickschuhe mitzubringen!

Kader und Treffpunkt werden jeweils in den vorangehenden Trainingseinheiten bekannt gegeben

Abmeldungen nur per Anruf; nur bei Verspätungen bis maximal 18:30 per SMS möglich

Telefonnummern:

Marcus Goldhammer	06021-4397877	0152-29161315
Michael Müller	06021-460590	0152-01800369
Benedikt Bruder	06021-4049413	0163-8638453