

Vorbereitung Rückrunde VfR Gommersdorf I Saison 2017/2018			
2 Läufe (a 45 min Grundlagenausdauer) + 1 x Kräftigung pro Woche ab Januar			
Mittwoch	24.01.2018	19.00 Uhr	Trainingsauftakt
Donnerstag	25.01.2018	19.00 Uhr	Training
Samstag	27.01.2018		FV Lauda - VFR I
Montag	29.01.2018	19:00 Uhr	Training
Dienstag	30.01.2018	19:00 Uhr	Training
Donnerstag	01.02.2018	19:00 Uhr	Training
Freitag	02.02.2018	19:00 Uhr	Training - Solimar
Samstag	03.02.2018	14:00 Uhr	Spfr. Schwäbisch Hall - VfR I
Montag	05.02.2018	19:00 Uhr	Training
Dienstag	06.02.2018	19:00 Uhr	Training
Mittwoch	07.02.2018	19:00 Uhr	VFR I - Höpfingen
Freitag	09.02.2018	19:00 Uhr	Training
Samstag	10.02.2018	15:00 Uhr	Bad Wimpfen - VFR I
Dienstag	13.02.2018	19:00 Uhr	Training
Mittwoch	14.02.2018	19:00 Uhr	Training
Freitag	16.02.2018	19:00 Uhr	Training
Samstag	17.02.2018	10:00 Uhr	Training + Teamevent
Montag	19.02.2018	19:00 Uhr	Training
Dienstag	20.02.2018	19:00 Uhr	FSV Hollenbach - VFR I
Donnerstag	22.02.2018	19:00 Uhr	Training
Samstag	24.02.2018	15:00 Uhr	TSV Pfedelbach - VFR I
Montag	26.02.2018	19:00 Uhr	Training
Mittwoch	28.02.2018	19:00 Uhr	Training
Freitag	02.03.2018	19:00 Uhr	Training
Sonntag	04.03.2018	15:00 Uhr	1. Spiel RR
Bitte immer telefonisch abmelden! Änderungen vorbehalten			
Zu jeder Trainingseinheit Laufschuhe mitbringen!			
Trainer	Peter Hogen	0170/1620150	
	Peter.Hogen@ISO-Mosbach.de		
Co-Trainer	Tobias Scheifler	0151/14022877	
	tobias.scheifler@jako.de		