

Wintervorbereitung 2018/2019

So. 06.01.19 Ebm-papst Hallenturnier
Fr. 11.01.19 20.00 Jahreshauptversammlung VfR Gommersdorf

Ab dem 18.01: Pro Woche 3 Läufe über 60 min – insgesamt 6 , gerne mehr☺

Fr. 01.02.19 19.00 Training

Sa. 02.02.19 10:00 Training

Mo. 04.02.19 19.00 Training

Mi. 06.02.19 19.00 Training

Fr. 08.02.19 19.00 Training

Sa: 09.02.19 14.00 **SG Bad Wimpfen – VfR Gommersdorf**

Mo. 11.02.19 19.00 Training

Mi. 13.02.19 19.00 **TSG Öhringen – VfR Gommersdorf**

Fr. 15.02.19 19.00 Training

Sa. 16.02.19 10.00 Training

So. 17.02.19 14.30 **TSV Buchen – VfR Gommersdorf**

Mo. 18.02.19 19.00 Training

Mi. 20.02.19 19.00 **SSV Gaisbach – VfR Gommersdorf**

Fr. 22.02.19 19.00 Training

So. 24.02.19 10.30 **TSV Rosenberg – VfR Gommersdorf**

Di. 26.02.19 19.00 Training

Do. 28.02.19 19.00 Training

Fr. 29.02.19 19.00 Training

Sa. 02.03.19 15.00 **VfR Gommersdorf – TSV Neuenstein**

Di 05.03.19 19.00 Training

Mi. 06.03.19 19.00 Training

Fr. 08.03.19 19.00 Training

So. 10.03.19 15.00 **TSV Höpfingen – VfR Gommersdorf**

Mo. 11.03.19 19.00 Training

Mi. 13.03.19 19.00 Training

Fr. 15.03.19 19.00 Training

So. 17.03.19 15.00 **VfR Gommersdorf – SV Osterburken**

Mo. 18.03.19 19.00 Training

Mi. 20.03.19 19.00 Training

Fr. 22.03.19 19.00 Training

So. 24.03.19 15.00 **Türkspor Mosbach - VfR Gommersdorf**

Mo.	25.03.19	19.00	Training
Mi.	27.03.19	19.00	Training
Fr.	29.03.19	19.00	Training
So.	31.03.19	15.00	VfR Gommersdorf – SV Königshofen
Mo.	01.04.19	19.00	Training
Mi.	03.04.19	17.45	VfR Gommersdorf – Eintracht Walldürn
Fr.	05.04.19	19.00	Training
So.	07.04.19	15.00	SV Vikt. Wertheim - VfR Gommersdorf
Di.	09.04.19	19.00	Training
Do.	11.04.19	19.00	Training
Sa.	13.04.19	15.30	FSV Waldbrunn – VfR Gommersdorf
Mo.	15.04.19	19.00	Training
Mi.	17.04.19	19.00	Training
Fr.	19.04.19	19.00	Training
Mo.	22.04.19	15.00	VfR Gommersdorf – VfR Uissigheim
Sa.	08.06.19		Relegation Vize LL RN – 14. VL
Mo.	10.06.19		Relegation Vize LL ODW – Vize LL MB
Sa.	15.06.19		Endspiel Relegation Verbandsliga

- Bitte zu jedem Training und Spiel Laufschuhe nicht vergessen
- Zum Trainingsstart bitte auf dem Sportplatz, idealerweise schon etwas früher
- Wer nicht trainieren kann bitte beim Trainerteam abmelden (per WhatsApp ok)
- Physio team ab der Rückrunde: Constance, Luise, Sven. Bitte einplanen

Kurzfristige Änderungen sind grundsätzlich möglich.

Tobi

Tel mobil privat 0151/14022877
 Email privat tobias.scheifler@jako.de

Markus

Tel mobil privat 0152/57182500