

Vorbereitung VFR 2/3 Vorrunde 2019/20

Freitag	12.07.19	Training	19.00 Uhr	
Samstag	13.07.19	Training	10.00 Uhr	
Montag	15.07.19	Training	19.00 Uhr	
Mittwoch	17.07.19	Training	19.00 Uhr	
Donnerstag	18.07.19	Training	19.00 Uhr	
Samstag	20.07.19	Blitzturnier Sportfest VFR		
Sa/So	21.07.19	1.Pokalrunde		
Montag	22.07.19	Training	19.00 Uhr	
Mittwoch	24.07.19	Spiel VFR2 in Mulfingen	19.30 Uhr	VFR3 Training
Freitag	26.07.19	Training	19.00 Uhr	
Sa/So	28.07.19	2.Pokalrunde		
Montag	29.07.19	Training	19.00 Uhr	
Mittwoch	31.07.19	Training	19.00 Uhr	
Freitag	02.08.19	Spiel VFR3 in Eubigheim	19.00 Uhr	VFR2 Training
Sa/So	04.08.19	3.Pokalrunde		
Montag	05.08.19	Training	19.00 Uhr	
Mittwoch	07.08.19	Spiel VFR2 gegen Igersheim	19.00 Uhr	VFR3 Training
Freitag	09.08.19	Training	19.00 Uhr	
Sonntag	11.08.19	1.Punktspiel / 4.Pokalrunde		
Montag	12.08.19	Training	19.00 Uhr	
Mittwoch	14.08.19	2.Punktspiel		
Freitag	16.08.19	Training	19.00 Uhr	
Sonntag	18.08.19	3.Punktspiel		1.Punktspiel VFR3

Vorab selbstständig 4- 5 Läufe á 40-45 min absolvieren

Zu allen Einheiten der Vorbereitung Laufschuhe mitbringen!!!