

## Vestekicker-Trainingsplanung #zamfitbleim auf Distanz

### Wochenplan ab 26.04.2021

|               | <b>Onlinetraining<br/>mit Konstantin;<br/>Zugangsdaten<br/>kommen über Trainer</b> | <b>Freiwillig:<br/>Onlinetraing<br/>FCC und TV 48;<br/>Zugangsdaten auf<br/>www.vestekicker.de</b> | <b>Onlinetraining<br/>mit ...</b>   | <b>Sonstiges</b>                      |
|---------------|--|--|---|---------------------------------------|
| <b>U7</b>     | Dienstag<br>16.30 - 17.30 Uhr  | Freitag 17.00 - 18.00 Uhr<br>und<br>Sonntag 11.00 - 12.00 Uhr                                      | X   | ggfs. individuelle<br>Traineraufträge |
| <b>U8</b>     | Dienstag<br>16.30 - 17.30 Uhr  | Freitag 17.00 - 18.00 Uhr<br>und<br>Sonntag 11.00 - 12.00 Uhr                                      | X   | ggfs. individuelle<br>Traineraufträge |
| <b>U9</b>     | Donnerstag<br>16.30 - 17.30 Uhr  | Freitag 17.00 - 18.00 Uhr<br>und<br>Sonntag 11.00 - 12.00 Uhr                                      | X   | ggfs. individuelle<br>Traineraufträge |
| <b>U10</b>    | Donnerstag<br>16.30 - 17.30 Uhr  | Freitag 17.00 - 18.00 Uhr<br>und<br>Sonntag 11.00 - 12.00 Uhr                                      | X   | ggfs. individuelle<br>Traineraufträge |
| <b>D4</b>     | Mittwoch<br>17.30 -18.30 Uhr   | Freitag 17.00 - 18.00 Uhr<br>und<br>Sonntag 11.00 - 12.00 Uhr                                      | X   | ggfs. individuelle<br>Traineraufträge |
| <b>U11</b>    | Mittwoch<br>17.30 -18.30 Uhr   | Freitag 17.00 - 18.00 Uhr<br>und<br>Sonntag 11.00 - 12.00 Uhr                                      | U11-Trainern am<br>Freitag 17.30 - 19.00 Uhr                                      | ggfs. individuelle<br>Traineraufträge |
| <b>U12</b>    | Mittwoch<br>17.30 -18.30 Uhr   | Freitag 17.00 - 18.00 Uhr<br>und<br>Sonntag 11.00 - 12.00 Uhr                                      | U12-Trainern<br>am Donnerstag<br>17.30 - 18.30 Uhr                                | ggfs. individuelle<br>Traineraufträge |
| <b>U13</b>    | Mittwoch<br>17.30 -18.30 Uhr   | Freitag 17.00 - 18.00 Uhr<br>und<br>Sonntag 11.00 - 12.00 Uhr                                      | mit Naemi<br>am Sonntag<br>18.00 Uhr  | ggfs. individuelle<br>Traineraufträge |
| <b>U14</b>    | Mittwoch<br>18.45 -19.45 Uhr   | Freitag 17.00 - 18.00 Uhr<br>und<br>Sonntag 11.00 - 12.00 Uhr                                      | mit U14-Trainern am<br>Freitag 17.30 Uhr und<br>mit Naemi am Sonntag 18.00<br>Uhr | ggfs. individuelle<br>Traineraufträge |
| <b>U15</b>    | Mittwoch<br>18.45 -19.45 Uhr   | Freitag 16.00 - 17.00 Uhr<br>und<br>Sonntag 15.00 - 16.00 Uhr                                      | Jutta am Dienstag<br>17.00 - 18.00 Uhr  | ggfs. individuelle<br>Traineraufträge |
| <b>U16</b>    | Mittwoch<br>20.00 - 21.00 Uhr  | Freitag 16.00 - 17.00 Uhr<br>und<br>Sonntag 15.00 - 16.00 Uhr                                      | mit U16 Trainern am<br>Montag   | ggfs. individuelle<br>Traineraufträge |
| <b>U17</b>    | Mittwoch<br>20.00 - 21.00 Uhr  | Freitag 16.00 - 17.00 Uhr<br>und<br>Sonntag 15.00 - 16.00 Uhr                                      | mit Benny Montag und<br>Freitag je 17.45 Uhr<br>Outdoor-Onlinetraining            | ggfs. individuelle<br>Traineraufträge |
| <b>U19</b>    | Mittwoch<br>20.00 - 21.00 Uhr  | Freitag 16.00 - 17.00 Uhr<br>und<br>Sonntag 15.00 - 16.00 Uhr                                      | X   | individuelle Traineraufträge          |
| <b>Herren</b> | X  | X  | Jutta am Dienstag und<br>Donnerstag, je<br>18.30 Uhr                              | ggfs. individuelle<br>Traineraufträge |