



Trainingslager Sommervorbereitung Saison 2009/2010



Mittwoch 05.08.09

- Lauf-/Sprinttechnischschulung durch Frau Gäckle LV Rottweil (Treffpunkt Trainingsplatz / Lauf- und Fussballschuhe)

Freitag 07.08.09

- Training um 19:30 Uhr (unten am Sportplatz)
- Anschließend Spielerversammlung

Samstag 08.08.09

- Waldlauf um 7:30 Uhr (Treffpunkt Sportheim)
- Frühstück ca. 8:30 Uhr (Sportheim)
- Training um 10:00 Uhr (unten am Sportplatz)
- Mittagspause
- Taktikschulung 14:00 Uhr (Sportheim)
- Spiel gegen Leinstetten 16:00 Uhr
- Grillen ca. 19:00 Uhr (Sportheim)

Sonntag 09.08.09

- Waldlauf um 7:45 Uhr (Treffpunkt Sportheim)
- Frühstück ca. 8:45 Uhr (Sportheim)
- Training um 10:00 Uhr (unten am Sportplatz)