

# Trainingsplan Wintersaison 2023 / 2024 - SV Rümlang

**Gültig ab 1. November 2023 - 31. März 2024**



## Heuel 1 - Kunstrasen

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
18.00 - 19.30 Jun. Ec/Ca	18.00 - 19.30 Jun Cb/Db	18.00 - 19.30 Jun. Fa/Fb	18.00 - 19.30 Jun.Da/Ea/Eb	18.00 - 19.30 Mädchen / Jun.G
20.00 - 21.30 Jun.B / Jun.A+	20.00 - 21.30 1./2. Mannschaft	20.00 - 21.30 GSIR / Senioren	20.00 - 21.30 2.Mannschaft / Jun.A+	20.00 - 21.30 1.Mannschaft

## Sporthalle Heuel

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
17.15 - 18.30 * Jun. Eb	16.45 - 18.00 Jun. Ea		17.00 - 19.00 Jun. Ec	16.45 - 18.00 Jun. Fa/Fb

## Worbiger alt

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		18.00 - 19.30 Jun. Ca	17.30 - 19.30 Jun. Cb	
	20.00 - 22.15 1./2. Mannschaft	20.00 - 22.00 Sen. 30+		

## Worbiger neu

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
18.30 - 20.00 Jun. G	18.00 - 19.30 Jun. Da		17.30 - 19.30 Jun.Db	17.00 - 18.30 Mädchen
		19.30 -21.30 RES. 1./2. / A+	19.30 -21.30 Sen. 40+/50+	18.30 - 20.00 Jun. B
				20.00 - 22.00 freier Slot

- \* 17.15 - 17.45 Garderobe 1 Halle - 2 fach
- \* 17.45 - 18.30 Garderobe 3 Halle - 3 fach