

TC-Hemmerden - Trainingsplan Sommer 2020

Montag				
	Platz 1	Platz 2	Platz 3	Platz 4
17:00 – 18:00		D40 (2. MA)		
18:00 – 19:00				

Dienstag				
	Platz 1	Platz 2	Platz 3	Platz 4
17:00 – 18:00		H50		
18:00 – 19:00		(MA-Training)		

Mittwoch				
	Platz 1	Platz 2	Platz 3	Platz 4
16:30 – 17:00				Eistert (Hobby-D)
17:00 – 17:30				Eistert (D40 #1)
17:30 – 18:00				Eistert (D40 #2)
18:00 – 18:30	D40 (1. MA)			
18:30 – 19:00		H30 (MA-Training)		
19:00 – 19:30				
19:30 – 20:00				
20:00 – 20:30				
20:30 – 21:00				

Donnerstag				
	Platz 1	Platz 2	Platz 3	Platz 4
17:00 – 17:30				Eistert (Jugend)
17:30 – 18:00				Eistert
18:00 – 18:30				Eistert (D40)
18:30 – 19:00				
19:00 – 19:30				
19:30 – 20:00				

Freitag				
	Platz 1	Platz 2	Platz 3	Platz 4
10:00 – 11:00		H65		
11:00 – 12:00		(MA-Training)		
13:30 – 14:30				Eistert (Jugend)
14:30 – 15:15				Eistert (Jugend)
15:15 – 16:00				Eistert (Jugend)
16:00 – 16:30				Eistert (Jugend)
16:30 – 17:00				Eistert (Jugend)
17:00 – 17:30				Eistert (Jugend)
17:30 – 18:00				Eistert (Jugend)
18:00 – 18:30				Eistert (Jugend)
18:30 – 19:00				Eistert (Jugend)

Anmerkungen

MA-Training = Mannschaftstraining

Eistert = Training durch Tennisschule M.E.T.S

TC-Hemmerden - Trainingsplan Sommer 2020

Bitte regelmäßig und ausreichend
die Plätze wässern!
Löcher mit dem Holzschaber zuziehen!

Plan gültig ab sofort bis 31.10.2020