

Trainingsplan SAR B / U - 18 Bern Herren Saison 2009 / 10

Tag	Datum	Trainingszeiten	Anlass, Ort, Halle
SO	11.10.09	10:00 - 17:00	Training, Köniz, Lerbermatt 1
SO	25.10.09	10:00 - 17:00	Training, Köniz, Lerbermatt 2
SO	01.11.09	10:00 - 17:00	Training, Köniz, Lerbermatt 1
SO	15.11.09	10:00 - 17:00	Training, Köniz, Lerbermatt 1
SO	29.11.09	10:00 - 17:00	Meisterschaft, Köniz Buchsee oben
		10:00 (11:00 Spielbeginn)	Volero Aarberg
		14:30 (15:30 Spielbeginn)	VC Uetligen
SO	06.12.09	10:00 - 17:00	Training, Köniz, Lerbermatt 1
	?3.- 5.01.2010?		Trainingslager / Turnier Innsbruck
SO	10.01.2010	10:00 - 17:00	Meisterschaft, Köniz Buchsee oben
		10:00 (11:00 Spielbeginn)	Volley Muristalden
		14:30 (15:30 Spielbeginn)	TV Längasse Bern
	17.01.2010	10:00 - 17:00	Training, Köniz, Lerbermatt 1
SO	31.01.2010	10:00 - 17:00	Meisterschaft, Köniz Lerbermatt 1
		10:00 (11:00 Spielbeginn)	Polo Volley
		14:30 (15:30 Spielbeginn)	VBC Bern
SO	14.02.2010	10:00 - 17:00	Meisterschaft, Köniz Buchsee oben
		10:00 (11:00 Spielbeginn)	VBC Burgdorf
		1 Stunde nach Spielende – 17:00	Training
SO	28.02.2010	10:00 - 17:00	Training, Köniz, Buchsee unten
SO	14.03.2010	10:00 - 17:00	Training, Köniz, Lerbermatt 1
SO	21.03.2010	10:00 - 17:00	Training, Köniz, Lerbermatt 1
SO	28.03.2010	10:00 - 17:00	Training, Köniz, Buchsee oben
	09./10./11.04.07		U - 18 (SAR B) SM

Trainer, Eltern, Klubvertreter und andere Interessierte sind jederzeit herzlich eingeladen den Trainings beizuwohnen.

Die Trainings sind Grundlegend auf 6 Stunden ausgelegt. Dabei werden entsprechend der individuellen Planung der Trainingsteilnehmer (besonders RZ Teilnehmer) die Stunden (Trainingsende) angepasst.