



Vorbereitung 2009 / 2010



				Erg. / Ort
Donnerstag	11.06.2009	11.00	Fronleichnamsturnier Novesia Neuss	Sportplatz
Montag	06.07.2009	18.30	Lauf- und Krafttraining	Sportplatz
Mittwoch	08.07.2009	19.00	Lauftraining Tannenbusch	Sportplatz
Freitag	10.07.2009	19.00	Training Platz	Sportplatz
Samstag	11.07.2009	10.30	Lauf- und Krafttraining	Sportplatz
Montag	13.07.2009	19.00	Lauftraining Tannenbusch	Sportplatz
Mittwoch	15.07.2009	19.00	Training Platz	Sportplatz
Donnerstag	16.07.2009	18.30	Lauf- und Krafttraining	Sportplatz
Freitag	17.07.2009	19.00	Training Beethovenstraße	Sportplatz
Samstag	18.07.2009	14.00	Testspiel gegen FC Straberg	Straberg
Montag	20.07.2009	19.00	Lauftraining Tannenbusch	Sportplatz
Dienstag	21.07.2009	18.30	Lauf- und Krafttraining	Sportplatz
Mittwoch	22.07.2009	19.00	Training Platz	Sportplatz
Freitag	24.07.2009	19.00	Testspiel FC Zons III	Sportplatz
Montag	27.07.2009	19.00	Lauftraining Tannenbusch	Sportplatz
Mittwoch	29.07.2009	19.00	Training Beethovenstraße	Sportplatz
Freitag	31.07.2009	19.00	Testspiel SSV Delrath II	Sportplatz
	31.07.- 02.08		1. Pokalrunde Diebels-Pokal-Niederrhein	Sportplatz
Montag	03.08.2009	19.00	Lauftraining Tannenbusch	Sportplatz
Mittwoch	05.08.2009	19.00	Training Platz	Sportplatz
Freitag	07.08.2009	19.00	Testspiel ??? Sonst Training Platz	Sportplatz
Montag	10.08.2009	19.00	Training Platz	Sportplatz
Mittwoch	12.08.2009	19.00	Training Platz	Sportplatz
Freitag	14.07.2009	19.00	Training Platz	Sportplatz
ab	16.08.2009		Beginn Spielsaison 2009/2010	Sportplatz
Sonntag	23.08.2009		Turnier Integrationsrat	Sportplatz

Treffpunkt ist grundsätzlich die Sportanlage Realschule Beethovenstraße

**Der Vorbereitungsplan ist vorläufig, Änderungen werden kurzfristig mitgeteilt.
Wenn Ihr nichts anderes hört, dann gilt das was hier geschrieben wurde.**

Zu jedem Training sind Laufschuhe mitzubringen!!!!