

Trainingsplan TSG Ahlten
Saison 2022/2023

Stand: 08.03.2023

Wochentag	Trainingsbeginn	Trainingsende	Mannschaft	Kabine	Platz	Anderten		Höver		
Montag	17:00 Uhr	18:30 Uhr	Leichtathletik		A	17:00 – 18:45 Uhr	D1			
	16:30 Uhr	18:30 Uhr	E3	2		17:00 – 18:45 Uhr	D2/D3			
	18:30 Uhr	20:30 Uhr	B1	4		18:00 – 20:00 Uhr	A1			
	17:00 Uhr	18:30 Uhr	F1	1	B	19:00 – 21:00 Uhr	Ü32			
	18:30 Uhr	20:00 Uhr	B3	3						
	17:45 Uhr	19:00 Uhr	G	1						
	19:30 Uhr	21:00 Uhr	Ü50	2						
		17:00 Uhr	18:30 Uhr	E1	2	C				
Dienstag	17:00 Uhr	19:00 Uhr	C1	4	A	17:15 – 18:45 Uhr	A2			
	17:15 Uhr	19:00 Uhr	C2	4		17:30 – 19:15 Uhr	B2			
	19:15 Uhr	21:00 Uhr	1. Herren	1	B					
	18:30 Uhr	20:00 Uhr	2. Herren	2						
	20:00 Uhr	21:00 Uhr	Damen	3						
		17:15 Uhr	18:45 Uhr	E2	1	C				
		19:00 Uhr	20:00 Uhr	Damen	3					
Mittwoch	17:00 Uhr	19:00 Uhr	D2/D3	4	A	18:30 – 20:30 Uhr	B1	17:00 – 18:30 Uhr	E1	
	18:00 Uhr	20:00 Uhr	A1	3		19:00 – 21:00 Uhr	Ü32			
	17:45 Uhr	19:00 Uhr	G	2	B	17:00 – 19:00 Uhr	B3			
	19:00 Uhr	21:00 Uhr	3. Herren	1						
	19:00 Uhr	21:00 Uhr	Ü32 (ab Sept.)	2						
		17:00 Uhr	18:30 Uhr	F1	2	C				
Donnerstag	17:15 Uhr	18:45 Uhr	E2	1	A	17:00 – 19:00 Uhr	C1			
	17:30 Uhr	19:15 Uhr	B2	4		17:30 – 19:00 Uhr	C2			
	19:15 Uhr	21:00 Uhr	1. Herren	1						
	16:30 Uhr	18:30 Uhr	D1	3	B					
	17:15 Uhr	18:45 Uhr	A2	4						
	18:30 Uhr	20:00 Uhr	2. Herren	2						
	20:00 Uhr	21:00 Uhr	Damen	3						
		16:30 Uhr	18:30 Uhr	E3	1	C				
		19:00 Uhr	20:00 Uhr	Damen	3					