



Jugend-Trainingsplan Sommer 2023

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Mittwoch	Donnerstag	Donnerstag	Freitag	
Trainer	Bastian	Justus/Angelina/Ralf	Rüdiger	Philipp	Justus/Tim	Justus/Tim	Philipp	Trainer
Platz								Platz
14:00								14:00
14:30								14:30
15:00								15:00
15:15								15:15
15:30			15.30 - 16.30 Mia Weisheit 2017 Leni Gödicke 2016 Martha Marquard 2016	15:30 – 16:30 Carlotta Däwes 2012 Antonia Faber 2012 Eleni Stenzel 2011 Sofia Tur 2012			15.30 – 16.30 Nilan Ediz 2014 Jonas Bindseil 2012 Leonel Winter 2013 Hannah Schroeder 2012	15:30
15:45								15:45
16:00		16:00 – 17:00 Lennox Lempio 2009 Jakob Müller 2010 Jan Aurich 2009 Paul Kreft 2009			16:00–17:00 A. Toussaint 2015 T. Bindseil 2015 T.Niemeier 2015 J.Seifert 2015	16.00 – 17.00 Kl. Wundenberg 2014 Juli Springborn 2014 Finja Dietrich 2014		16:00
16:15								16:15
16:30								16:30
16:45			16.30 - 17.30 Linus Gutzeit 2014 Lars Jelgerhuis 2015	16:30 - 17:30 Johanna Faber 2010 Marie Siegmann 2010 M. Brüggemann 2010 Ida Rosentreter 2010			16.30 – 17.30 Malena Kehl 2010 Nayla Yavsan 2010 Jolina Liesecke 2010 R. Beuermann 2011	16:45
17:00			Jörn Körner 2013 M. Weisheit 2015					17:00
17:15	17.00 - 18.00 Jan Schiele 2008 Max Wahl 2008 Joh. Rosentreter 2008 Philipp Hartig 2008	17:00 - 18:00 A. Wirachowski 2011 Luke Remmers 2012 Jonathan Heyl 2012			17.00 – 18.00 Konrad Röpke 2010 Tiaan Berse 2011 F. Ziegenmeier 2010 Jan Tiemann 2011			17:15
17:30								17:30
17:45			17:30 - 18:30 S. Schirmer 2008 Tiia Hujanen 2008 Lola Pil Kahn 2008. Nike Schomburg 2008	17:30 - 18:30 Vladislav Tur 2007 Tim Oldenburg 2007 Jonas Wirth 2008 Jarno Dischinger 2007			17.30 – 18.30 Friederike Maaß 2008 Lilly Beuermann 2008 Tessa Dell 2009	17:45
18:00								18:00
18:15	18.00 - 19.00 Charlotte Küster 2008 Amelie Siegmann 2009 Emma Voigtmann 2008 Jennifer Faber 2008	18.00 – 19.00. J. Sauer 2005 J.-C. Wolbers 2005 J. Küster 2006						18:15
18:30								18:30
18:45							18.30 - 19.30 Raphael Sauer 2009 Niklas Meyfeld 2008 Henry Däwes 2009 Joris Remmers 2009	18:45
19:00								19:00
19:15								19:15
19:30								19:30
19:45								19:45
20:00								20:00
20:15								20:15
Trainingszeitraum: 24.04.23 - 29.09.23								
An folgenden Terminen findet kein Training statt: Himmelfahrt 19.-20.05.23, Pfingsten 29.-30.05.23, Sommerferien 06.07.23 - 16.08.23								