

Trainingsplan

ESC Rellinghausen 06

Saison 2019/2020

Platz 1 / Kunstrasen	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Uhrzeit
16:00-16:30						16:00-16:30
16:30-17:00		G1			F1 F2	16:30-17:00
17:00-17:30		G1			F1 F2/G1	17:00-17:30
17:30-18:00	E1	D1/D2 C2		D1 E1/E2/E3	F1 F2/G1	17:30-18:00
18:00-18:30	E1 C1	D1/D2 C2	C1	D1 E1/E2/E3	1.Senioren	18:00-18:30
18:30-19:00	E1 C1	D1/D2 C2	C1	D1 E1/E2/E3	1.Senioren	18:30-19:00
19:00-19:30		C1	1./2.Senioren C1	1./2.Senioren	1.Senioren	19:00-19:30
19:30-20:00			1./2.Senioren A B	1./2.Senioren	A B	19:30-20:00
20:00-20:30			1./2.Senioren A B	1./2.Senioren	A B	20:00-20:30
20:30-21:00			A B		A B	20:30-21:00

Platz 2 / Asche	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Uhrzeit
16:00-16:30						16:00-16:30
16:30-17:00						16:30-17:00
17:00-17:30						17:00-17:30
17:30-18:00		E2/E3/F1		D2		17:30-18:00
18:00-18:30		E2/E3/F1		C2 D2		18:00-18:30
18:30-19:00		E2/E3/F1		C2 D2		18:30-19:00
19:00-19:30				C2		19:00-19:30
19:30-20:00						19:30-20:00
20:00-20:30						20:00-20:30
20:30-21:00						20:30-21:00

Platz 4/ Asche	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Uhrzeit
16:00-16:30						16:00-16:30
16:30-17:00						16:30-17:00
17:00-17:30						17:00-17:30
17:30-18:00						17:30-18:00
18:00-18:30						18:00-18:30
18:30-19:00						18:30-19:00
19:00-19:30		Alte Herren	Stadtwerke Essen	Alte Herren		19:00-19:30
19:30-20:00		Alte Herren	Stadtwerke Essen	Alte Herren		19:30-20:00
20:00-20:30		Alte Herren	Stadtwerke Essen	Alte Herren		20:00-20:30
20:30-21:00						20:30-21:00