

# Jugendtrainingsplan Sommer 2022

# April bis September

Zeit	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag			Samstag		
	Ha	We		Ha	We	Le	Ha	We	Le	Ha	We	Le	Ha	We	Le	Ha	We	Le
10:00																		
10:30																		
11:00																		
11:30																		
12:00																		
12:30																		
13:00																		
13:30																		
14:00																		
14:30																		
15:00																		
15:30	P/T																	
16:00	P/T			P/T		BS	NRW		MM	P/T			1. JM					
16:30	P/T			P/T		BS	NRW		MM	P/T			1. JM					
17:00	NRW			P/T			NRW			P/T		BS	1. JM					
17:30	NRW			NRW			NRW					BS	1. JM					
18:00	NRW			NRW			1. JM			1. JM			NRW					
18:30	NRW			NRW			2 wöchentl			1. JM			NRW					
19:00				NRW			1. JM			1. JM			NRW					
19:30				NRW			2 wöchentl			1. JM			NRW					
20:00				NRW									NRW					
20:30													NRW					

1. JM 1. Jugend-Mannschaft
 P/T Perspektiv-Talenttraining
 BS Breitensport
 MM Mini- + Maxi-training
 NRW Entwicklungskader
 NRW Förderkader