



Trainingsplan Sommer 2018

Montag:

16:00-17:00 Uhr

J.Fürste/J.Wiesekopsieker/A.Scheidt/Chr.Scheidt

17:00-18:00 Uhr

S.Bödeker/T.Kolod

18:00-19:30 Uhr

J.Holtmann/L.Niebuhr

N.Imlau/J.Ziebarth

T.Pühse/T.Kochmann/L.Wenner/M.Nölting

19:30-21.00 Uhr

J.Hessedenz/L.Heywinkel/T.Schallenberg/H.Dulisch/T.Dulisch/J.Sellmann

L.Wude/A.Meril/M.Fürste/G.Kolod

Dienstag:

16:00-17:00 Uhr

L.Vorndamme/E.Benke/H.Bödeker/J-H.Schreiber

17:00-18:00 Uhr

Damen 30

J.Mester/L.Jones/J.Foerdermann/L.Schröder/M.Krüger



18:00-19:30 Uhr

S.Schmölzmeier/J.Holtmann/F.Kruse/A.Diering

E.Schlichter/L.Schmidt/P.Lechtermann/T.Kolod

18:00-19:00 Uhr

J.Hüffmann/T.Niesen/M.Kopp/T.Kochmann

19:00-20:00 Uhr

Damen 30

19:30-21:00 Uhr

S.Schäffer/F.Pieper /J.Wölker/M.Petring

20:00-21:00 Uhr

S.Riemeier/A.Schramm/MJ.Kersten/E.Wiesekopsieker

Mittwoch:

15:00-16:00 Uhr

E.Edler/H.Bödeker/S.Gerlitzki/M.Wilmsmann

16:00-17:30 Uhr

L.Bäcker/N.Wiesekopsieker/E.Bahtiri/L.Jones

16:30-18:00 Uhr

J.Oberschmidt/D.Echteler/T.Niesen/S.Drekshagen



17:30-18:30 Uhr

J.Fürste/K.Lenz/M.Nölting/T.Kröger

18:00-19:30 Uhr

J.Oestreich/T.Kolod/S.Bödeker/S.Fürste

18:30-19:30 Uhr

T.Möller/K.Schirmeister

19:30-21:00 Uhr

M.Holtmann/P.Edler/E.Held/S.Niebuhr

T.Bäcker/U.Sussiek/P.Niesen/B.Johanning

C.Sahrmann/L.Wude/O.Wiesekopsieker/C.Wilke

Donnerstag:

16:00-17:00 Uhr

M.Hippe/L.Strauch/M.Kling/E.Suttmann/I.Brauns

17:00-18:00 Uhr

E.Benke/J-H.Schreiber

17:00-18:30 Uhr

J.Oestreich/C.Wilke



18:00-19:30 Uhr

M.Testic/E.Schlichter/E.Wiesekopsieker

J.Heeper/D.Grefe/J.Foerdermann/T.Sussiek

18:30-19:30 Uhr

K-H.Kasselmann/J.Holtmann/G.Rothenberger

19:30-21:00 Uhr

G.Kolod/M.Fürste/H.Sussiek/O.Hartmann

T.Nordsiek/T.Nordsiek/O.Wiesekopsieker/J.Hüffmann

M.Imlau/T.Alhorn/M.Frühwacht/K.Wenner

Freitag:

16:00-17:00 Uhr

K.Bengen/K.Wippermann

17:00-18:00 Uhr

L.Mosenthin/L.Bäcker/E.Bahtiri/N.Wiesekopsieker

D.Echteler/O.Wiesekopsieker/S.Fürste/T.Sussiek

P.Edler/L.Wölker/J.Mester/L.Wölker

18:00-19:00 Uhr

M.Scheidt/I.Scheidt

19:00-20:30 Uhr

M.Steinmann/A.Grefe/J.Kammann/I.Hempelman/T.Budde/J.Ziebarth/S.Drekshagen/(Imlau/Diering)

M.Petring/S.Schäffer/R.Müller/J.Wölker/F.Pieper/J.König



Samstag:

10:00-11:00 Uhr

P.Scheidt/Chr.Scheidt/A.Scheidt/T.Kröger

A.Jaks/M.Kling/E.Edler/L.Strauch/M.Hippe

M.Otten/I.Schlichter

11:00-12:00 Uhr

E.Bierschenk/N.Schnitzer/Y.Kleimann/B.Stubbe