



## Trainingsplan Sommer 2019

### Montag:

*16:00-17:00 Uhr*

Ch.Paulat /I.Schlichter /J.Kleimann /G.Bierschenk/H.Barr

*17:00-18:00 Uhr*

S.Gerlitzki/E.Edler/J-H.Schreiber/J.Wiesekopsieker

*17:00-18:00 Uhr*

A.Meril/T.Kochmann/T.Pühse/O.Wiesekopsieker

*18:00-19:00 Uhr*

T.Sussiek/N.Wiesekopsieker/J.Oestreich/J.Fördermann

*18:00-19.30 Uhr*

T.Kolod/S.Bödeker/D.Echteler/S.Fürste

*19:00-20:00 Uhr*

K.Wippermann/E.Wiesekopsieker/L.Wölker/M.Dulisch-Falk/K.Bengen

*19:30-21.00 Uhr*

L.Wenner /L.Wölker /M.Nölting /Ch.Wenner/  
S.Jach/M.Kopp/L.Wude/C.Sahrmann

### Dienstag

*14:00-15:00 Uhr*

T.Kolod/S.Bödeker

*15:00-16:00 Uhr*

E.Benke/H.Bödeker

*16:00-17:00 Uhr*

P.Lenze/A.Beckmann/P.Beckmann/N.Fischer

*17:00-18:00 Uhr*

J.Wiesekopsieker /J.Mester/N.Wiesekopsieker/M.Krüger/D.Echteler/E.Bahtiri

*17:00-18:00 Uhr*

C.Brall/L.Vorndamme/P.Scheidt/N.Püschel

*17:00-18:00 Uhr*

J.Fürste/Ch.Scheidt/A.Scheidt/E.Edler

*18:00-19:30 Uhr*

J.Ziebarth/T.Budde/J.Ehrler/N.Imlau

*18:00-19:30 Uhr*

T.Fiebig/S.Drekshagen/A.Diering/D.Siekmann

*18:00-19:30 Uhr*

Herren 40 (4er)

*19:30-21:00 Uhr*

T.Niesen/S.Truppel/J.Holtmann/F.Kruse

*19:30-21:00 Uhr*

O.Wiesekopsieker/J.Crombie/R.Blumtritt/C.Wilke

*19:30-21:00 Uhr*

D.Grefe/M.Böker/Ch.Hillebrand/Ch.Wenner/L.Wude

### **Mittwoch:**

*15:00-16:00 Uhr*

E.Edler/A.Scheidt/M.Wilmsmann

*16:00-17:00 Uhr*

J.Wiesekopsieker

*18:00-19:00 Uhr*

U.Sussiek/P.Niesen/S.Kopp/B.Mylius

*18:00-19:30 Uhr*

S.Schäffer/J.Wölker/D.Nobbe/M.Petring/F.Pieper/F.Hollmann

*19:00-20:00 Uhr*

V.Pries/B.Johanning/P.Edler/T.Bäcker

*19:30-21:00 Uhr*

G.Kolod/H.Sussiek/O.Hartmann/M.Fürste

*20:00-21:00 Uhr*

S.Niebuhr/M.Holtmann/E.Held/K.Wippermann

### **Donnerstag:**

*15:00-16:00 Uhr*

J.Wippermann

*15:00-16:00 Uhr*

P.Lenze

*16:00-17:00 Uhr*

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

*16:00-17:30 Uhr*

T.Niesen/R.Blumtritt/C.Wilke/J.Oberschmidt

*17:00-18:30 Uhr*

J.Heeper/L.Bäcker/J.Oestreich/L.Jones

*17:30-18:30 Uhr*

T.Kolod/S.Bödeker

*18:00-19:30 Uhr*

F.Hollmann/J.Wölker/F.Pieper/S.Schäffer/J.König

*18:30-19:30 Uhr*

J.Holtmann/K-H.Kasselmann/T.Nordsiek/T.Nordsiek

*18:30-19:30Uhr*

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

*19:30-21:00 Uhr*

M.Imlau/T.Alhorn/M.Frühwacht/K.Wenner

*19:30-21:00 Uhr*

J.Hessedenz/H.Dulisch/T.Dulisch/T.Schallenberg/  
C.Südhölter/E.Schlichter/L.Heywinkel/J.Sellmann

### **Freitag:**

*15:00-16:00 Uhr*

E.Benke/H.Bödeker

*16:00-17:00 Uhr*

K.Bengen/MJ.Kersten

*17:00-18:00 Uhr*

J.Fürste/Ch.Scheidt/J-H.Schreiber/T.Kröger

*17:00-18:00 Uhr*

L.Jones/J.Fördermann/S.Fürste/T.Sussiek

*18:00-19:00 Uhr*

L.Bäcker/L.Kiel/J.Mester/N.Wiesekopsieker

*19:00-20:30 Uhr*

J.Kammann/J.Ziebarth/S.Drekshagen /T.Budde/J.Holtmann/N.Imlau/A.Diering

## **Samstag:**

*09:00-10:00 Uhr*

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

*10:00-11:00 Uhr*

T.Kröger/M.Nölting/M.Hippe/L.Strauch/K.Lenz/I.Brauns

*12:00-13:00 Uhr*

O.Demitrowitz/M.Leyendecker/M.Beckmann/L.Greitschus/J.Dunker

*12:00-13:00 Uhr*

M.Otten/L.Gondek/J.Wippermann/D.Walter