



**Trainingsplan: U18**  
**Jahr: 2017**  
**Monat: September**

Version 1.0

KW	Tag	Datum	Zeit	Ort	Wer	Thema
36	Mo	04.09.2017	20:45 - 22:15	Forum, Sumiswald	U21/U18	Hallentraining
	Di	05.09.2017				
	Mi	06.09.2017	20:45 - 22:15	Forum, Sumiswald	U21/U18	Hallentraining
	Do	07.09.2016	17:30 - 18:30	Forum, Sumiswald	alle	freie Trainingszeit zur individuellen Nutzung
	Fr	08.09.2016				
	Sa	09.09.2016				
	So	10.09.2017	ganzer Tag		Burgdorf	U21
37	Mo	11.09.2017	19:00 - 22:00	BOE, Zollbrück	U18	Testspiel vs. Skorps NLA
	Di	12.09.2017				
	Mi	13.09.2017	20:45 - 22:15	Forum, Sumiswald	U21/U18	Hallentraining
	Do	14.09.2017	17:30 - 18:30	Forum, Sumiswald	alle	freie Trainingszeit zur individuellen Nutzung
	Fr	15.09.2017	15:00 - ...	Willisau	UHC G	Trainingslager
	Sa	16.09.2017	... - ...	Willisau	UHC G	Trainingslager
	So	17.09.2017	... - 18:00	Willisau	UHC G	Trainingslager inkl. 1. MS Spiel 14:30 vs. Flamatt-Sense
38	Mo	18.09.2017	20:45 - 22:15	Forum, Sumiswald	U21/U18	Hallentraining
	Di	19.09.2017				
	Mi	20.09.2017	20:45 - 22:15	Forum, Sumiswald	U21/U18	Hallentraining
	Do	21.09.2017	17:30 - 18:30	Forum, Sumiswald	alle	freie Trainingszeit zur individuellen Nutzung
	Fr	22.09.2017				
	Sa	23.09.2017				
39	Mo	25.09.2017	20:45 - 22:15	Forum, Sumiswald	U21/U18	Hallentraining
	Di	26.09.2017				
	Mi	27.09.2017	20:45 - 22:15	Forum, Sumiswald	U21/U18	Hallentraining
	Do	28.09.2017	17:30 - 18:30	Forum, Sumiswald	alle	freie Trainingszeit zur individuellen Nutzung
	Fr	29.09.2017				
	Sa	30.09.2017				
	So	01.10.2017	14:00 - 20:00		Olten	MS
<b>Abmeldung an:</b> Roman Schrag: 079 372 54 03					<b>Helfereinsätze:</b> Geburtstage:	
<b>Verteiler:</b> Sportkommission Theo Reber Sportchef U-Teams & Junioren Guido Gmür TK Chef Thomas Bichsel Trainer NLB Thomas Siegenthaler Trainer U21 Roman Schrag Trainer U16 Marc + Lars Haslebacher Geschäftsstelle Baumgartner Franziska Forum Sumiswald Rezeption			<b>Legende:</b> Forum, Sumiswald Aemme-Fit, Lützelflüh Turnhalle, Grünenmatt Preisegg, Hasle Testspiel / Turnier MS-Spiel		<b>Hallen und Aussentenu:</b> T-Shirt Adidas schwarz, Hosen Adidas schwarz Wenn notwendig Schlechtwetter- Bekleidung und Ersatzwäsche mitnehmen Die angegebenen Zeiten sind die Trainingszeiten. Einlaufen jeweils 15 Minuten vor Trainingsbeginn	