



Wintervorbereitungsplan 2011/2012 FV Steinmauern

So.	08.01.2012	11:00 Uhr	Hardt-Cup in Bietigheim
Fr.	13.01.2012	19:00 Uhr	Winterfeier FVS im Buon Gusto
Sa.	14.01.2012	15:00 Uhr	Schiri-Turnier in Ötigheim
Fr.	27.01.2012	18:00 Uhr	Hüttenwochende bis Sonntag
Di.	31.01.2012	19:00 Uhr	Soccercenter Kuppenheim (Pflicht)
Mi.	01.02.2012	19:00 Uhr	Trainingsauftakt
Do.	02.02.2012	19:00 Uhr	Training
Sa.	04.02.2012	14:00 Uhr	SPIEL FVS – 1. SV Mörsch FVS II – Training
Di.	07.02.2012	19:00 Uhr	Training
Do.	09.02.2012	19:45 Uhr	Gymnasion Rastatt Spinning + Muscle Pump+ Sauna
Fr.	10.02.2012	19:00 Uhr	Training Spiel 19:00 Uhr SV 08 II – FVS II
Sa.	11.02.2012	11:00 Uhr	Training + Spiel (FVS I + FVS II)
Mo.	13.02.2012	19:00 Uhr	Training
Di.	14.02.2012	19:45 Uhr	Gymnasion Rastatt Spinning +Functional Training + Sauna
Mi	15.02.2012	19:00 Uhr	FVS II – ???
Do.	16.02.2012	18:00 Uhr	Training FVS I (schmutziger Donnerstag)
Sa.	18.02.2012	11:00 Uhr	Spiel FVS I – FV Würmersheim
Di.	21.02.2012	19:00 Uhr	Soccercenter Kuppenheim
Mi.	22.02.2012	19: 00 Uhr	Training / Spiel ???
Do.	23.02.2012	19:00 Uhr	Training
Sa.	25.02.2012	14:30 Uhr	Spiel FVS – Sportfreunde Forchheim
Sa.	25.02.2012	14:00 Uhr	Spiel SC Baden-Baden – FVS II
Di.	28.02.2012	19:00 Uhr	Training
Mi.	29.02.2012	19:15 Uhr	Spiel FVS – SV Bühlertal
Do.	01.03.2012	19:00 Uhr	Soccercenter Kuppenheim
Fr.	02.03.2012	19:00 Uhr	Training + Sitzung
Sa.	03.03.2012	15:00 Uhr	Spiel TUS Hügelsheim – FVS
Sa.	03.03.2012	14:00 Uhr	Spiel FC Illingen – FVS II
Di.	06.03.2012	19:00 Uhr	Training
Do.	08.03.2012	19:00 Uhr	Training
Fr.	09.03.2012	18:30 Uhr	Training + Sitzung
So.	11.03.2012	15:00 Uhr	FV Haueneberstein – FVS II
So.	11.03.2012	15:00 Uhr	FV Sandweier – FVS

Änderungen vorbehalten!!!

Zu allen Trainingseinheiten sind Laufschuhe mitzubringen!!! Treffpunkt zu den Spielen 1 Stunde vor Spielbeginn am Spielort! Bitte telefonisch beim Trainer abmelden. SMS zählt als unentschuldig!

Empfehlung: 3 – 4 aerobe Ausdauerläufe von je 45 min vor Vorbereitungsbeginn!!!

Trainer:

Matthias Frieböse

Handy: 0176-24295563

Privat: 07222- 4010839

Geschäft: 07242- 9337250 (9:00 – 12:00 Uhr)

matthias.frieboese@web.de info@fussballschule-fh.de

Trainer:

Harald Eckardt

Handy: 0151-41828113

Privat: 07225-72700

Geschäft: 07225-614761

harald.eckhardt@daimler.com

Der Ball unser Freund, soll UNS auch diese Runde wieder Glück bringen!!! Auf ein NEUES- das Runde muss ins Eckige!!! 2012 wird unser Jahr, wir wollen unsere Ziele erreichen!!!