



Trainingsplan VfL Alfter II

Sommer 2010

| Datum | Einheit |
|-----------------------------------|--|
| Mittwoch, 21.07.2010, 19:30 Uhr | Training |
| Freitag, 23.07.2010, 19:30 Uhr | Training |
| Sonntag 25.07.2010, 11:00 Uhr | Training |
| Montag, 26.07.2010, 19:00 Uhr | Training |
| Dienstag, 27.07.2010, 19:30 | Training |
| Freitag, 30.07.2010, 18:00 Uhr | Turnierspiel in Villip vs. Meckenheim |
| Montag, 02.08.2010, 18:00 Uhr | Turnierspiel in Villip vs. Ringsdorff-Godesberg |
| Mittwoch, 04.08.2010, 20:00 Uhr | Turnierspiel in Villip vs. Odendorf |
| Freitag, 06.08.2010, 19:30 Uhr | Training |
| Sonntag, 08.08.2010, 11:00 Uhr | Training |
| Montag, 09.08.2010, 19:30 Uhr | Spiel in Vorgebirge |
| Dienstag, 10.08.2010, 19:30 Uhr | Spiel in Preußen Bonn |
| Donnerstag, 12.08.2010, 19:30 Uhr | Spiel in Lengsdorf |
| Freitag, 13.08.2010, 19:00 Uhr | Training |
| Sonntag, 15.08.2010, 12:30 Uhr | Spiel vs. Oedekoven |
| Montag, 16.08.2010, 19:00 Uhr | Training |
| Mittwoch, 18.08.2010, 19:30 Uhr | Training |
| Freitag, 20.08.2010, 19:30 Uhr | Training |
| Sonntag, 22.08.2010, 11:00 Uhr | Training |
| Dienstag, 24.08.2010, 19:30 Uhr | Spiel in Endenich |
| Mittwoch, 25.08.2010, 19:30 Uhr | Training |
| Freitag, 27.08.2010, 19:30 Uhr | Training |
| Sonntag, 29.08.2010 | 1. Meisterschaftsspiel |

Zu allen Trainingseinheiten und Spielen sind Laufschuhe mitzubringen!

Der Trainerstab

T. & K.