

Trainingsplan Sommer 2015

04. Mai 2015 – Ende September 2015

Montag Bernd Eggers	Montag Manon Höddinghaus	Montag Michael Amtenbrink	Dienstag Fynn Moritz Baßmann	Dienstag Michael Amtenbrink
16.30 – 17.15 Uhr		14.00 – 15.00 Uhr	15.00 – 16.00 Uhr	15.00 – 16.00 Uhr
Justus Brinkmann David Hille, Anna Kube Henrik Röhr Matthis Lutze		Louisa Handke Jarne Holtermann Paul Wiethoff	Juliane Röhr Katharina Timphus Finja Kuka Annika Grafemeyer	Mats Horstmann Jan Bönig Philipp Wehmeyer
	15.30 – 16.15 Uhr	15.00 – 16.00 Uhr	16.00 – 16.45 Uhr	16.00 – 17.00 Uhr
	Annelie Rösel Rick Rottmann Benedikt Kliebe Maria Wright	Carl Dodt Laurenz Buch Mark Siekmann	Max Wright Hendrik Wiethoff Antonia Seppmann +Maxi. Emma Harvey	Moritz Homann Laurenz Bärenfänger Nils Timphus Simon Bönisch
	16.15 – 17.15 Uhr	16.00 – 17.00 Uhr	16.45 – 17.30 Uhr	17.00 – 18.30 Uhr
	Lina Fabian Fotini Varlanga Nina Baumgartner	Lennart Knemeyer Lars Bönig Frederic Holtkamp Kai Roberts	Jan Piecha Kevin Piecha Louisa Handke Carlo Fissenewert	Jan Sandbaumhüter Mats Drücker Maximilian Knaup Alexander Bruns
	17.15 – 18.15 Uhr	17.00 – 18.30 Uhr	17.30 – 18.45 Uhr	
	Milla Knaup Lenna Knaup Felix Jürging Isabell Gartig	Mia Höddinghaus Luis Bönisch Erik Wichert, Jonas Knemeyer Ben Palsherm	Nelia+Leonie Höring Saman Ahmadi Chiara Fissenewert Lea Chowanietz	
	18.15 – 19.30 Uhr	19.30 – 21.00 Uhr		
	Kim Förder, Eva Broenhorst Ellen Sentker Patrick Geupel Maike Heidemann	Alica Heitmar, Denni Dervisevic Jonas Lakämper, Till Horstmann Nils Wichert, Timo Borcharding Carl-Bent Rosendahl		