

Trainingsplan Sommer 2015

04. Mai 2015 – September 2015

	Donnerstag	Freitag	Freitag	Samstag
	Michael Amttenbrink	Fynn-Moritz Baßmann	Michael Amttenbrink	Michael Amttenbrink
	14.15 – 15.00 Uhr	14.30 – 15.15 Uhr	14.45 – 15.30 Uhr	10.00 – 10.45 Uhr
	Julius Kleinegesse Janne Wartha	Alexander Reichert Cynthia Ceba Anna Laukart	Larissa Al-Bahloul Eleonora Reichert Sophie Wartha Penelope Pappas	Maja Grgic Carolina Fortkord Josephine Venker Stella Pappas
	15.00 – 16.30 Uhr	15.15 – 16.15 Uhr	15.45 – 17.00 Uhr	10.45 – 11.45 Uhr
	Linus Kettelhoit Marvin Schürstedt Mats Drücker Carl-Bent Rosendahl	Eliana Lehrke Katharina Knuhr Laurenz Hoffknecht Julian Frick	Mariella Hemminga Dennis Piecha, Ben Palsherm Laurenz Bärenfänger Jonas Knemeyer	Annika Grafemeyer Kai Grafemeyer Leo Altenhöner Nils Carnap
	16.30 – 17.30 Uhr	16.15 – 17.00 Uhr	17.00 – 18.00 Uhr	11.45 – 12.45 Uhr
	Tim Meding, Mika Guth Davin Eismont Vincent Wehmeyer Fynn Roberts	Neele Brinkmann Zoe Koesfeld Alexa Bauer Emilia Kube	Torben Kirsch Leo Altenhöner Fynn Roberts Kai Grafemeyer	Vincent Ordelheide Maxence Galvan
		17.00 – 18.00 Uhr	18.00 – 19.30 Uhr	
		Soeren Kirsch Niklas Brinkmann Kai Roberts	Till Horstmann Jan Sandbaumhüter Carl-Bent Rosendahl	
		18.00 – 18.45 Uhr		
		Levin Gehse Maximilian Menzel Nicolas Rösel		
		18.45 – 19.30 Uhr		
		Felix Menzel Oskar Oberdiek Lars Tütermann		