

Trainingsplan Sommer 2016

02. Mai 2016 – September 2016

Mittwoch	Mittwoch	Donnerstag	Donnerstag	Donnerstag
Linus Kettelhoit	Philipp Schlimme	Sören Gnida	Bernd Eggers	Michael Amtenbrink
15.45 – 16.30 Uhr		15.30 – 16.30 Uhr		14.45 – 15.30 Uhr
Annelie Rösel Rick Rottmann Maria Wright		Louis Birkholz Bennet Both Henri Breimhorst		Janne Wartha Julius Kleinegesse Max Wright
16.30 – 17.30 Uhr	16.00 – 17.00 Uhr	16.30 – 17.30 Uhr	16.30 – 17.30 Uhr	15.30 – 16.15 Uhr
Tim Meding Nicolas Rösel Vincent Wehmeyer Fynn Roberts	Ron Cedric Reinert Jan Bönig, Nils Timphus Luca Birkholz Maximilian Grützner	Laurenz Falkenreck Magnus Obermeit Kian Ruben Czejewski Maximilian Langanki	Tim Meding Vincent Wehmeyer Davin Eismont Mark Siekmann	Sophie Wartha Larissa Al-Bahloul Henrik Röhr Carlo Fissenewert
17.30 – 18.15 Uhr	17.00 – 18.00 Uhr	17.30 – 18.30 Uhr	18.15 – 19.15 Uhr	16.15 – 17.00 Uhr
Simon Wippermann Oskar Oberdiek Stella Pappas Maike Conrad	Soeren Kirsch Kai Roberts Leo Altenhöner Philipp Wehmeyer	Lennart Wohlt Philipp Höner Vincent Ordelheide Bastian Fischer	Felix Schülke Lennart Laube Julian Frick Mats Horstmann	Neele Brinkmann Noah Langanki Benedikt Kliebe Hendrik Wiethoff
18.15 – 19.15 Uhr		18.30 – 19.30 Uhr		17.00 – 18.30 Uhr
Friederike Both Chiara Sontowski Alexandra Hamm Julia Laufenberg, Lilli Harzog		Jule Haselier Saman Ahmadi Nelia+Leonie Höring Chiara Fissenewert		Mats Drücker Laurenz Bärenfänger Ben Palsherm Jonas Knemeyer
19.15 – 20.15 Uhr				
Vera Harzog Carolin Gilpin Lea+Tessa Chowanietz Gina Jürgens				