

# Trainingsplan Sommer 2012

07. Mai 2012 – September 2012

<b>Donnerstag</b>	<b>Freitag</b>	<b>Freitag</b>	<b>Freitag</b>
<b>Michael Amténbrink</b>	<b>Fynn-Moritz Baßmann</b>	<b>Michael Amténbrink</b>	<b>Alica Heitmar</b>
		<b>14.15 – 15.00 Uhr</b>	<b>15.00 – 16.00 Uhr</b>
		Lennart Knemeyer Frederik Holtkamp Henri Breimhorst Katharina Timphus	Hannah Braun Leah Chowanietz Vera Harzog Julia Brüggemann, Lynn Dettmer
<b>15.00 – 16.00 Uhr</b>	<b>15.15 – 16.00 Uhr</b>	<b>15.00 – 16.00 Uhr</b>	<b>16.00 – 17.00 Uhr</b>
Lenny Knaup Milla Knaup Felix Jürging Robert Halstrick	Marlene Lutze Nelly Farenski Josh Lerch Carolín Al-Bahloul	Nils Timphus Ron-Cedric Reinert Jonas Knemeyer Erik Wichert	Lilli Harzog Julia Laufenberg Isabell Gartig
	<b>16.00 – 16.45 Uhr</b>	<b>16.00 – 17.00 Uhr</b>	
	Sofia Piltz Lissa Palsherm Antonia Kieserling Lilli Schnakenwinkel	Cuno Lange Dennis Piecha Laurenz Bärenfänger Ben Palsherm	
	<b>16.45 – 17.45 Uhr</b>	<b>17.00 – 17.45 Uhr</b>	
	Leonie Höring Nelia Höring Lina Oesterhelweg Lena Schülke	Niklas Brinkmann Torben Kirsch Sören Kirsch	<b>Samstag</b> <b>Michael Amténbrink</b>
	<b>17.45 – 18.45 Uhr</b>	<b>17.45 – 18.45 Uhr</b>	<b>11.00 – 12.00 Uhr</b>
	Alexander Fulton Julius Hoffmann Vincent Falkenreck Felix Vencker	Leonard Kamer Marvin Schürstedt Sebastian Wittag Cornelius Lienke	Carl-Luis Lange Noah Purzer Lawrence Fulton Federico Fortkord