

Trainingsplan Winter 2015/16

19. Oktober 2015 – April 2016

Montag Haver-Halle Bernd Eggers	Montag Halle am Postdamm Michael Amtenbrink	Dienstag Haver-Halle Manon Höddinghaus	Dienstag Haver-Halle Michael Amtenbrink
	14.30 – 15.15 Uhr	15.00 – 16.00 Uhr	13.45 – 14.30 Uhr
	Max Wright Antonia Seppmann Maxi von Sailer	Inga Schmitz Carolin Al-Bahloul Hannah Palsherm	Janne Wartha Henrik Wiethoff Julius Kleinegesse
16.30 – 17.15 Uhr	15.15 – 16.15 Uhr	16.00 – 17.00 Uhr	14.30 – 15.30 Uhr
Johanna Wißmann Marina Ceba Vivienne Kraus Kayra Taskanli	Maria Wright Rick Rottmann Annelie Müller-Rösel Neele Brinkmann	Mats Horstmann Jan Bönig Philipp Wehmeyer	Jarne Holtermann Paul Wiethoff Tim Kleinegesse
17.15 – 18.15 Uhr	16.15 – 17.30 Uhr	17.00 – 18.30 Uhr	15.30 – 16.45 Uhr
Anna Laukart Jasmin Kolomeyka Cynthia Ceba Kaja Conrad Franziska Sonnabend	Lenny Knaup Milla Knaup Felix Jürging Isabell Gartig	Moritz Homann Simon Bönisch Laurenz Bärenfänger Nils Timphus Cuno Lange	Finja Kuka, Annika Grafemeyer Lina Fabian Katharina Timphus Juliane Röhr Jette Marten
18.15 – 19.00 Uhr	17.30 – 19.00 Uhr	18.30 – 19.30 Uhr	16.45 – 17.30 Uhr
Kim Förder Patrick Geupel Chiara Fissenewert	Jan Sandbaumhüter Linus Kettelhoit Marvin Schürstedt	Nils Carnap Moritz Christmann Leo Altenhöner Henri Breimhorst	Kevin Piecha Jan Piecha David Hille
			17.30 – 18.30 Uhr
			Carl Dodt Laurenz Buch Mark Siekmann Torben Kirsch
			18.30 – 20.00 Uhr
			Ben Palsherm Mats Drücker Maximilian Knaup Alexander Bruns