

Trainingsplan 2019/2020

		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		18:15-20:00	ext. Halle (Strättligen)		U17 2 D Lara Müller Joyce Hofstetter	
	Halle 1	4L a/U23 1a D (U17) Michael Rubin Marina Alves	3L D Martina Frankova David Gerber	4L a/U23 1a D (U17) Michael Rubin Marina Alves	4L a/U23 1a D (U17) Michael Rubin Marina Alves	U13 Sina Trepp Mira Liechi
	Halle 2	U23 3 D Roger Leuenberger Anja Leichtnam	U19 2b D Severin Gerber Christoph Messerli	U19 2a D Marina Alves Lara Tommasi	U23 1b D Tim Lüthi Mario Friedli	U19 2a D Marina Alves Lara Tommasi
	Halle 3	U20/18 H Gerhard Gerber Michael Kühne	U15 D Gerhard Gerber M. Fankhauser, S. Oppliger	U23 H Marcel Grütter Fabian Beutler	U15 D Michael Fankhauser Stefan Oppliger	U20/18 H Michael Kühne
20:00-21:45	Halle 1	4L c D Sandro Beck Stefan Oppliger	1L H Martina Frankova	Damen ohne L. Denise Lützel Schwab	1L H Romana Ponzio André Furrer	3L D Peter Kiener David Gerber
	Halle 2	U23 1b D Tim Lüthi Mario Friedli	Spezialtraining	4L b D Mario Friedli	5L D (neu) Giulia Waldburger Sina Schmid	4L c D Sandro Beck Stefan Oppliger
	Halle 3	4L H Michael Kühne	Techniktraining	3L H Michael Kühne	Spezialtraining	3/4L H Fabian Beutler Manuel Glaser