

Trainingsplan 2023

TV Hoffnung Littfeld - Tennisplatz

Montag			
Uhrzeit	Platz 1	Platz 2	Platz 3
14:00 - 14:30	Jugend Arno (14-15 Uhr)		Jugend/Kinder Chiara
14:30 - 15:00	U10 Gemischt		
15:00 - 15:30	Jugend Arno (15-16 Uhr)		
15:30 - 16:00	U18 Mädchen		
16:00 - 16:30	Jugend Arno (16-17 Uhr)		
16:30 - 17:00	U15 Jungs		
17:00 - 17:30	Jugend Arno (17-18 Uhr)		
17:30 - 18:00	U18 Jungs		
18:00 - 18:30	Damentraining mit Chiara		Damentraining mit Chiara
18:30 - 19:00	MF: Elena		
19:00 - 19:30			Herrentraining ohne Trainer
19:30 - 20:00	Herrentraining ohne Trainer		
20:00 - 20:30	MF: Erik & Janne		
20:30 - 21:00			

Dienstag			
Uhrzeit	Platz 1	Platz 2	Platz 3
14:00 - 14:30			
14:30 - 15:00			
15:00 - 15:30	Jugend/Kinder Chiara		
15:30 - 16:00			
16:00 - 16:30			
16:30 - 17:00			
17:00 - 17:30			
17:30 - 18:00			
18:00 - 18:30			
18:30 - 19:00			
19:00 - 19:30	Damen 30 1 mit Jürgen Bree		
19:30 - 20:00	MF: Viviane		
20:00 - 20:30			
20:30 - 21:00			

Mittwoch			
Uhrzeit	Platz 1	Platz 2	Platz 3
14:00 - 14:30			
14:30 - 15:00			
15:00 - 15:30	Herren 65 MF: Günter		Chiara Trainingsgruppe
15:30 - 16:00			
16:00 - 16:30			
16:30 - 17:00			
17:00 - 17:30			
17:30 - 18:00			Damen 30 2 ohne Trainer
18:00 - 18:30	Herren 40 & Herren 50 ohne Trainer		MF: Andrea
18:30 - 19:00			
19:00 - 19:30			
19:30 - 20:00			
20:00 - 20:30	MF: Holger & Michael		
20:30 - 21:00			

Donnerstag			
Uhrzeit	Platz 1	Platz 2	Platz 3
16:30 - 17:00			
17:00 - 17:30			
17:30 - 18:00			
18:00 - 18:30	Herrentraining mit Arno	Herrentraining MF: Erik & Janne	Damentraining ohne Trainer MF: Elena
18:30 - 19:00			
19:00 - 19:30			
19:30 - 20:00			
20:00 - 20:30			

Freitag			
Uhrzeit	Platz 1	Platz 2	Platz 3
16:30 - 17:00			
17:00 - 17:30			
17:30 - 18:00	Herren 40 & Herren 50 ohne Trainer		
18:00 - 18:30			
18:30 - 19:00			
19:00 - 19:30			
19:30 - 20:00			
20:00 - 20:30			

Samstag			
Uhrzeit	Platz 1	Platz 2	Platz 3
09:00 - 09:30	Jugend Arno (09-10 Uhr)		
09:30 - 10:00	U12 Mädchen		
10:00 - 10:30	Jugend Arno (10-11 Uhr)		
10:30 - 11:00	U15 Anfänger		
11:00 - 11:30	Jugend Arno (11-12 Uhr)		
11:30 - 12:00	U18 Weiblich		
12:00 - 12:30	Jugend Arno (12-13 Uhr)		
12:30 - 13:00	U15 Jungs		

Meisterschaftsspiele haben immer Vorrang! Jugend (U12, U15, U18) und Herren 65 (vormittags) spielen innerhalb der Woche.

Herren, Damen und Senioren bis 50 spielen am Wochenende (meistens Samstag ab 13:00, außer Sonderabsprache und Sonntags ab 09:00 Uhr möglich)

Freie Zeiten können **frei** bespielt werden. *Der Gesamtspielplan wird - sobald alles feststeht - ausgehangen, auf der Website sichtbar und in der Whatsapp-Gruppe ersichtlich sein.*

Wenn eine Trainingsgruppe nicht vollständig ist oder die blockierten Plätze nicht braucht, soll möglichst eine Whatsapp in die Gesamtgruppe (TVL Men und Girls) erfolgen, um anderen die Möglichkeiten zu geben, den Platz zu nutzen!