

Vorbereitung**3. Männer SC Gatow****Saison 2016/2017**

Datum	Uhrzeit	Bemerkungen	Ort
Mi, 13.07.16	19:30 - 21:00	Kennenlernen, Ziele setzen	Gatow
Fr, 15.07.16	19:30 - 21:00	Waldlauf, Fitness	Gatow
Mi, 20.07.16	19:30 - 21:00	Waldlauf, Fitness	Gatow
Fr, 22.07.16	19:30 - 21:00	Waldlauf, Fitness	Gatow
Mi, 27.07.16	19:30 - 21:00	Balltraining	Gatow
Fr, 29.07.16	19:30 - 21:00	Balltraining	Gatow
Mi, 03.08.16	19:30 - 21:00	Fitness- Parcours	Gatow
Fr, 05.08.16	19:30 - 21:00	Fitness- Parcours	Gatow
Mi, 10.08.16	19:30 - 21:00	Balltraining	Gatow
Fr, 12.08.16	19:30 - 21:00	Balltraining	Gatow
So, 14.08.16	noch offen	evtl. Testspiel SF Kladow 3	Kladow
Mi, 17.08.16	19:30 - 21:00	Balltraining	Gatow
Fr, 19.08.16	19:30 - 21:00	Balltraining	Gatow

Laufschuhe sind zu jedem Training mitzubringen.

Trainer: Veit Gocht 0177- 8748469