

<b>Do, 07.09.</b>	<b>½ Sporthalle - TW-Bereich</b>	<b>½ Sporthalle</b>	<b>Vereinszimmer</b>	<b>Kleine Halle</b>
<b>08.30-09.15 Uhr ANMELDUNG PANTHER 1-3 + TW 1</b>				
<b>09.30-10.40 Uhr</b>	<b>TW 1</b>  <b>STEFFEN SOTZNY DIRK BELLON</b> (Verbesserung der Grundtechniken/ Torwürfe von außen)	<b>PANTHER 1</b>  <b>AYLIN BOK</b> (individuelles Abwehrtraining)	<b>PANTHER 2</b>  <b>STEFFEN HEPERLE</b> (Athletik/Koordination)	<b>PANTHER 3</b>  <b>MARTIN FRASE</b> (individuelles Abwehrtraining)
<b>09.45-10.30 Uhr ANMELDUNG FÜCHSE 1-3 + TW 2</b>				
<b>10.50-12.00 Uhr</b>	<b>TW 2</b>  <b>STEFFEN SOTZNY MARCO STANGE</b> (Verbesserung der Grundtechniken/ Torwürfe aus der Fernwurfzone)	<b>FÜCHSE 1</b>  <b>AYLIN BOK</b> (Schlagwurf-Techniktraining)	<b>FÜCHSE 2</b>  <b>STEFFEN HEPERLE</b> (Athletik/Koordination)	<b>FÜCHSE 3</b>  <b>MARTIN FRASE</b> (Schlagwurf-Techniktraining)
<b>Mittagessen</b>				
<b>12.10-13.20 Uhr</b>	<b>TW 1</b>  <b>MARCO STANGE STEFFEN SOTZNY</b> (Verbesserung der Grundtechniken/ Torwürfe vom Kreis)	<b>PANTHER 2</b>  <b>FREDERICK GRIESBACH</b> (individuelles Abwehrtraining)	<b>PANTHER 3</b>  <b>STEFFEN HEPERLE</b> (Athletik/Koordination)	<b>PANTHER 1</b>  <b>JONAS HEILMANN</b> (Kleingruppe im Angriff, Kreuzen Anwendungstraining)
<b>13.30-14.40 Uhr</b>	<b>TW 2</b>  <b>DIRK BELLON MARCO STANGE</b> (Verbesserung der Grundtechniken/ Torwürfe von außen)	<b>FÜCHSE 2</b>  <b>AYLIN BOK</b> (Schlagwurf-Techniktraining)	<b>FÜCHSE 3</b>  <b>FREDERICK GRIESBACH</b> (Athletik/Koordination)	<b>FÜCHSE 1</b>  <b>MARTIN FRASE</b> (Körpertäuschung/Lauf-täuschung erlernen)
<b>Mittagessen</b>				

<b>14.50-16.00 Uhr</b>	<b>TW 1</b> <b>DIRK BELLON</b> <b>STEFFEN SOTZNY</b> (Verbesserung der Grundtechniken/ Torwürfe aus der Fernwurfzone)	<b>PANTHER 3</b> <b>AYLIN BOK</b> <b>JONAS HEILMANN</b> (Kleingruppe im Angriff, Kreuzen Anwendungstraining)	<b>PANTHER 1</b> <b>CLAUS WELLER</b> (Life Kinetik)	<b>PANTHER 2</b> <b>FELIX LOBEDANK</b> (Kleingruppe im Angriff, Kreuzen Anwendungstraining)
<b>16.10-17.20 Uhr</b>	<b>TW 2</b> <b>STEFFEN SOTZNY</b> <b>MARCO STANGE</b> (Verbesserung der Grundtechniken/ Torwürfe vom Kreis)	<b>FÜCHSE 3</b> <b>FREDERICK GRIESBACH</b> (Körpertäuschung/Lauf- täuschung erlernen)	<b>FÜCHSE 1</b> <b>CLAUS WELLER</b> (Life Kinetik)	<b>FÜCHSE 2</b> <b>FELIX LOBEDANK</b> (Körpertäuschung/Lauf- täuschung erlernen)
	<b>Abendessen</b>	<b>17.00 bis 18.30 Uhr</b>		<b>Abendessen</b>
<b>17.30-18.40 Uhr</b>	<b>TW 1</b> <b>MARCO STANGE</b> <b>STEFFEN SOTZNY</b> (Verbesserung der Grundtechniken/ Torwürfe von außen)	<b>GRUPPE 1</b> <b>BARBARA BRECSKA</b> (Positionstraining)	<b>GRUPPE 2</b> <b>JONAS HEILMANN</b> (Athletik/Koordination)	<b>GRUPPE 3</b> <b>TOBIAS KLISCH</b> (Positionstraining)
<b>18.50-20.00 Uhr</b>	<b>TW 2</b> <b>MARCO STANGE</b> <b>STEFFEN SOTZNY</b> (Verbesserung der Grundtechniken/ Torwürfe aus der Fernwurfzone)	<b>FÜCHSE 1</b> <b>BARBARA BRECSKA</b> (Wettkampfspele/Zweikampfspele)	<b>FÜCHSE 2</b> <b>JONAS HEILMANN</b> (Athletik/Koordination)	<b>FÜCHSE 3</b> <b>TOBIAS KLISCH</b> (Wettkampfspele/Zweikampfspele)

<b>Fr, 08.09.</b>	<b>½ Sporthalle - TW-Bereich</b>	<b>½ Sporthalle</b>	<b>Vereinszimmer</b>	<b>Kleine Halle</b>
<b>09.00-09.30 Uhr</b>		Ankommen		
<b>09.30-10.40 Uhr</b>	<b>TW 2</b> <b>MARCO STANGE</b> <b>DIRK BELLON</b> (Verbesserung der Grundtechniken/ Torwürfe von außen)	<b>FÜCHSE 2</b> <b>AYLIN BOK</b> (Technikanwendung/-variation mit Ball)	<b>FÜCHSE 3</b> <b>JENS BABEL</b> (Athletik/Koordination)	<b>FÜCHSE 1</b> <b>MARTIN FRASE</b> (Technikanwendung/-variation mit Ball)
<b>10.50-12:00 Uhr</b>	<b>TW 1</b> <b>MARCO STANGE</b> <b>DIRK BELLON</b> (Verbesserung der Grundtechniken/ Torwürfe aus der Fernwurfzone)	<b>GRUPPE 2</b> <b>AYLIN BOK</b> <b>JONAS HEILMANN</b> (Positionstraining)	<b>GRUPPE 3</b> <b>JENS BABEL</b> (Athletik/Koordination)	<b>GRUPPE 1</b> <b>MARTIN FRASE</b> (Positionstraining)
	<b>Mittagessen</b>	<b>11.30 bis 13.00 Uhr</b>		<b>Mittagessen</b>
<b>12.10-13.20 Uhr</b>	<b>TW 2</b> <b>DIRK BELLON</b> <b>MARCO STANGE</b> (Verbesserung der Grundtechniken/ Torwürfe vom Kreis)	<b>FÜCHSE 3</b> <b>JONAS HEILMANN</b> (Technikanwendung/-variation mit Ball)	<b>FÜCHSE 1</b> <b>CLAUS WELLER</b> (Life Kinetik)	<b>FÜCHSE 2</b> <b>MARTIN FRASE</b> (Abwehrtraining: offensive Deckung)
<b>13.30-14.40 Uhr</b>	<b>TW 1</b> <b>DIRK BELLON</b> <b>MARCO STANGE</b> (Verbesserung der Grundtechniken/ Torwürfe von außen)	<b>GRUPPE 3</b> <b>TOBIAS NAUMANN</b> (Positionstraining)	<b>GRUPPE 1</b> <b>CLAUS WELLER</b> (Life Kinetik)	<b>GRUPPE 2</b> <b>FREDERICK GRIESBACH</b> (Positionstraining)

<b>14.50-16.00</b>	<b>TW 2</b> <b>MARCO STANGE</b> <b>DIRK BELLON</b> (Verbesserung der Grundtechniken/ Torwürfe aus der Fernwurfzone)	<b>FÜCHSE 1</b> <b>JONAS HEILMANN</b> (Abwehrtraining: offensive Deckung)	<b>FÜCHSE 2</b> <b>FREDERICK GRIESBACH</b> (Athletik/Koordination)	<b>FÜCHSE 3</b> <b>MARTIN FRASE</b> (Abwehrtraining: offensive Deckung)
<b>16.10-17.20</b>	<b>TW 1</b> <b>STEFFEN SOTZNY</b> <b>DIRK BELLON</b> (Verbesserung der Grundtechniken/ Torwürfe vom Kreis)	<b>PANTHER 1</b> <b>TOBIAS NAUMANN</b> (Kleingruppe im Angriff und Abwehr)	<b>PANTHER 2</b> <b>CLAUS WELLER</b> (Life Kinetik)	<b>PANTHER 3</b> <b>FREDERICK GRIESBACH</b> (Angriffstraining: KM/Sperre)
	<b>Abendessen</b>	<b>17.00 bis 18.30 Uhr</b>		<b>Abendessen</b>
<b>17.30-18.40 Uhr</b>	<b>TW 2</b> <b>STEFFEN SOTZNY</b> <b>MARCO STANGE</b> (Verbesserung der Grundtechniken/ Torwürfe von außen)	<b>FÜCHSE 2</b> <b>MARTIN FRASE</b> (Wettkampfspiele/Zweikampfspiele)	<b>FÜCHSE 3</b> <b>JONAS HEILMANN</b> (Athletik/Koordination)	<b>FÜCHSE 1</b> <b>BARBARA BRECSKA</b> (Wettkampfspiele/Zweikampfspiele)
<b>18.50-20.00 Uhr</b>	<b>TW 1</b> <b>STEFFEN SOTZNY</b> <b>NILS SCHNEIDER</b> (Verbesserung der Grundtechniken/ Torwürfe aus der Fernwurfzone)	<b>PANTHER 2</b> <b>MARTIN FRASE</b> (Angriffstraining: KM/Sperre)	<b>PANTHER 3</b> <b>TOBIAS NAUMANN</b> (Athletik/Koordination)	<b>PANTHER 1</b> <b>BARBARA BRECSKA</b> (Angriffstraining: KM/Sperre)

<b>Sa, 09.09.</b>	<b>½ Sporthalle - TW-Bereich</b>	<b>½ Sporthalle</b>	<b>Vereinszimmer</b>	<b>Kleine Halle</b>
<b>09.00-09.30 Uhr</b>		Ankommen		
<b>09.30-10.40 Uhr</b>	<b>TW 2</b> <b>KATRIN KESSOUDIS</b> <b>MARCO STANGE</b> (Verbesserung der Grundtechniken/ Torwürfe vom Kreis)	<b>FÜCHSE 3</b> <b>TILL FERNOW</b> (Reaktions- und Handlungsschnelligkeit)	<b>FÜCHSE 1</b> <b>STEFAN HOMMEL</b> (Athletik/Koordination)	<b>FÜCHSE 2</b> <b>BARBARA BRECSKA</b> (Reaktions- und Handlungsschnelligkeit)
<b>10.50-12:00 Uhr</b>	<b>TW 1</b> <b>KATRIN KESSOUDIS</b> <b>MARCO STANGE</b> (Verbesserung der Grundtechniken/ Torwürfe von außen)	<b>PANTHER 3</b> <b>TILL FERNOW</b> (Reaktions- und Handlungsschnelligkeit)	<b>PANTHER 1</b> <b>STEFAN HOMMEL</b> (Athletik/Koordination)	<b>PANTHER 2</b> <b>BARBARA BRECSKA</b> (Reaktions- und Handlungsschnelligkeit)
	<b>Mittagessen</b>	<b>11.30 bis 13.00 Uhr</b>		<b>Mittagessen</b>
<b>12.10-13.20 Uhr</b>	<b>TW 2</b> <b>OSKAR DAWO</b> <b>NILS SCHNEIDER</b> (Verbesserung der Grundtechniken/ Torwürfe aus der Fernwurfzone)	<b>FÜCHSE 1</b> <b>TILL FERNOW</b> (Reaktions- und Handlungsschnelligkeit)	<b>FÜCHSE 2</b> <b>STEFAN HOMMEL</b> (Athletik/Koordination)	<b>FÜCHSE 3</b> <b>MARCO STANGE</b> (Wettkampfspiele/Zweikampfspiele)
<b>13.30-14.40 Uhr</b>	<b>TW 1</b> <b>OSKAR DAWO</b> <b>NILS SCHNEIDER</b> (Verbesserung der Grundtechniken/ Torwürfe vom Kreis)	<b>PANTHER 1</b> <b>BARBARA BRECSKA</b> (Reaktions- und Handlungsschnelligkeit)	<b>PANTHER 2</b> <b>KATRIN KESSOUDIS</b> (Life Kinetik)	<b>PANTHER 3</b> <b>JOSCHA RITTERBACH</b> (Kleingruppe im Angriff und Abwehr)

<b>14.50-16.00 Uhr</b>	<b>TW 2</b> <b>NILS SCHNEIDER</b> <b>OSKAR DAWO</b> (Verbesserung der Grundtechniken/ Torwürfe von außen)	<b>FÜCHSE 2</b> <b>BARBARA BRECSKA</b> (Wettkampfspiele/Zweikampfspiele)	<b>FÜCHSE 3</b> <b>KATRIN KESSOUDIS</b> (Life Kinetik)	<b>FÜCHSE 1</b> <b>JOSCHA RITTERBACH</b> (Wettkampfspiele/Zweikampfspiele)
<b>16.10-17.20 Uhr</b>	<b>TW 1</b> <b>OSKAR DAWO</b> <b>NILS SCHNEIDER</b> (Verbesserung der Grundtechniken/ Torwürfe aus der Fernwurfzone)	<b>PANTHER 2</b> <b>BARBARA BRECSKA</b> (Kleingruppe im Angriff und Abwehr)	<b>PANTHER 3</b> <b>KATRIN KESSOUDIS</b> (Life Kinetik)	<b>PANTHER 1</b> <b>JOSCHA RITTERBACH</b> (Kleingruppe im Angriff und Abwehr)
	<b>Abendessen</b>	<b>16.30 bis 18.00 Uhr</b>		<b>Abendessen</b>