

Trainingsplan FC Black Stars

Wintersemester 2011/2012

FC BLACK STARS BASEL

Gültigkeit: 17.10.2011 - 15.04.2012

Turnhallen

Halle	Montag					Dienstag					Mittwoch					Donnerstag					Freitag									
	18.15-20.00'					18.15-20.00'					15.00-17.45'		18.15-20.00'			15.00-17.45'		18.15-20.00'			17.00-18.30'		18.15-20.00'							
Ost																														
West	G1 16.30-17.45																						G2 16.30-17.45							
Süd	F2 16.15-17.45																						F2 15.30-17.45							
Isaak oben																		E2												
Isaak unten												F1																		
Pestalozzi		F3					D2																							

Kunstrasen

	Montag					Dienstag					Mittwoch					Donnerstag					Freitag				
	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
	17	18	19	20	21	17	18	19	20	21	17	18	19	20	21	17	18	19	20	21	17	18	19	20	21
A-Feld																									
B-Feld		E1/E2		A		G1/G2		F1/F2/F3		ü50		E1/E2		A		G1/G2		F1/F2/F3		Veteranen		E1/D1		A	

B-Feld = Kunstrasen

Garderoben-Einteilung

	Montag					Dienstag					Mittwoch					Donnerstag					Freitag						
	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		
	17	18	19	20	21	17	18	19	20	21	17	18	19	20	21	17	18	19	20	21	17	18	19	20	21		
Kabine 1		C1/C2				D1/D2					C1/C2					D1/D2					C1/C2						
Kabine 2	E1/E2								ü50		E1/E2						F1/F2/F3					E1/D1					
Kabine 3			B1/B2			G1/G2							B1/B2				Veteranen					B1/B2					
Kabine 4			A				F1/F2/F3						A			G1/G2							A				

