

# Trainingsplan aller Mannschaften der Saison 2024/25

(gültig ab Januar 2025)

## Damen 1

> montags	19.00 - 20.30 Uhr	Sportopia-Halle
> donnerstags	18.00 - 20.00 Uhr	Theodor-Pfizer-Halle

## Damen 2

> dienstags	18.30 - 20.00 Uhr	Meinloh-Halle
> freitags	20.00 - 22.00 Uhr	Erwin-Lander-Halle

## Herren 1

> dienstags	11.00 - 12.30 Uhr	Sportopia-Halle
> dienstags	20.30 - 22.00 Uhr	Theodor-Pfizer-Halle
> mittwochs	09.00 - 10.30 Uhr	Sportopia-Halle
> mittwochs	20.00 - 22.00 Uhr	Sportopia-Halle
> freitags	12.00 - 14.00 Uhr	Theodor-Pfizer-Halle
> freitags	18.30 - 20.00 Uhr	ratiopharm-Halle 2+3

## Herren 2

> montags	20.30 - 22.00 Uhr	Sportopia-Halle
> donnerstags	20.00 - 22.00 Uhr	Theodor-Pfizer-Halle

## Herren 3

> dienstags	20.00 - 22.00 Uhr	Sportzentrum Kuhberg, Halle 6
> freitags	20.00 - 22.00 Uhr	Theodor-Pfizer-Halle

## Herren 4

> montags	20.30 - 22.00 Uhr	Theodor-Pfizer-Halle
> dienstags	20.00 - 22.00 Uhr	Sportzentrum Kuhberg, Halle 10
> donnerstags	20.00 - 22.00 Uhr	Sportopia-Halle

## Herren 5

> dienstags	20.00 - 22.00 Uhr	Meinloh-Halle
> freitags	18.30 - 20.00 Uhr	Theodor-Pfizer-Halle

## Herren 6

> dienstags	20.00 - 22.00 Uhr	Erwin-Lander-Halle
-------------	-------------------	--------------------

## Freizeitmannschaft Damen (ü45) und Herren (ü45)

> dienstags	20.00 - 22.00 Uhr	Sportzentrum Kuhberg, Halle 3
> donnerstags	20.00 - 22.00 Uhr	Sportzentrum Kuhberg, Halle 3

## U18-1

> dienstags 18.00 - 20.00 Uhr Sportopia-Halle  
> donnerstags 18.00 - 20.00 Uhr Sportopia-Halle

#### U18-2

> donnerstags 16.30 - 18.00 Uhr Theodor-Pfizer-Halle  
> freitags 18.30 - 20.00 Uhr Erwin-Lander-Halle

#### U16-1

> dienstags 18.30 - 20.00 Uhr Erwin-Lander-Halle  
> freitags 15.30 - 17.00 Uhr Theodor-Pfizer-Halle

#### U16-2

> donnerstags 16.30 - 18.00 Uhr Theodor-Pfizer-Halle  
> freitags 17.00 - 18.30 Uhr Erwin-Lander-Halle

#### U14-1

> dienstags 17.00 - 18.30 Uhr Erwin-Lander-Halle  
> donnerstags 17.15 - 19.15 Uhr Junge Sporthalle Urspring  
> freitags 14.00 - 15.30 Uhr Theodor-Pfizer-Halle

#### U14-2

> montags 18.00 - 20.30 Uhr Theodor-Pfizer-Halle (klein)  
> freitags 17.00 - 18.30 Uhr Theodor-Pfizer-Halle

#### U11 bis U17 (nur für Mädchen)

> donnerstags 16.00 - 17.30 Uhr Erwin-Lander-Halle

#### U12 Trainingsgruppe

> donnerstags 15.00 - 16.30 Uhr Theodor-Pfizer-Halle

#### U12-2

> mittwochs 17.00 - 19.00 Uhr Meinloh-Halle  
> donnerstags 16.30 - 18.30 Uhr Meinloh-Halle  
> freitags 17.00 - 18.30 Uhr ratiopharm-Halle 2

#### U12-3

> dienstags 17.00 - 18.30 Uhr Meinloh-Halle  
> freitags 17.00 - 18.30 Uhr ratiopharm-Halle 3

#### U10-1

> dienstags 15.30 - 17.00 Uhr Meinloh-Halle  
> freitags 14.00 - 15.30 Uhr ratiopharm-Halle 2+3

#### U10-2

**> freitags                    14.00 - 15.30 Uhr                    ratiopharm-Halle 2+3**

**U8**

**> freitags                    14.00 - 15.30 Uhr                    ratiopharm-Halle 2+3**

**> An Feiertagen findet kein Trainingsbetrieb statt.**

**> In den Schulferien findet kein Jugendtraining statt.**

**Das Training der Damen und Herren kann in den Ferien zeitlich leicht abweichen.**

**> In den Weihnachtsferien sind die Hallen komplett geschlossen.**

**> In den Sommerferien sind die Hallen in den ersten beiden Wochen komplett geschlossen.**