

## Vorbereitungsplan SV Riedmoos 2 Saison 18/19

VBW	Schwerpunkt	WT	Datum	Art	Gegner	Spielort	Uhrzeit
Woche 1	Grund- lagen- ausdauer	Di	29.01.2019	Training			19:15 Uhr
		Do	31.01.2019	Training			19:15 Uhr
		So	03.02.2019	Training/Spiel			in Klärung
Woche 2	Grund- lagen- ausdauer	Di	05.02.2019	Training			19:15 Uhr
		Do	07.02.2019	Training			19:15 Uhr
		So	10.02.2019	Spiel	MSV Schleissheim	H	12:00 Uhr
Woche 3	Kraft	Di	12.02.2019	Training			19:15 Uhr
		Do	14.02.2019	Training			19:15 Uhr
		So	17.02.2019	Spiel	Inhausen	H	12:00 Uhr
Woche 4	Kraft	Di	19.02.2019	Training			19:15 Uhr
		Do	21.02.2019	Training			19:15 Uhr
		Sa	23.02.2019	Spiel	Vierkirchen I	H	14 Uhr
Woche 5	Schnelligkeit und Spritzigkeit	Di	26.02.2019	Training			19:15 Uhr
		Do	28.02.2019	Training			19:15 Uhr
		So	03.03.2019	Spiel	Hebertshausen I	H	12:00 Uhr
Woche 6		Di	05.03.2019	Training			19:15 Uhr
		Do	07.03.2019	Training			19:15 Uhr
Ende		So	10.03.2018	Punktspiel	TSV Allach 09 II	A	12:45 Uhr