

## **Trainingsplan zur Vorbereitung**

<i>Sonntag</i>	<i>21.06.15</i>	<i>10.30 Uhr</i>	<i>Trainingsbeginn</i>
<i>Dienstag</i>	<i>23.06.15</i>	<i>19.00 Uhr</i>	<i>Training</i>
<i>Donnerstag</i>	<i>25.06.15</i>	<i>19.00 Uhr</i>	<i>Training</i>
<i>Freitag</i>	<i>26.06.15</i>	<i>19.30 Uhr</i>	<i>Training</i>
<i>Montag</i>	<i>29.06.15</i>	<i>19.00 Uhr</i>	<i>Training</i>
<i>Mittwoch</i>	<i>01.07.15</i>	<i>19.00 Uhr</i>	<i>Training</i>
<i>Freitag</i>	<i>03.07.15</i>	<i>19.30 Uhr</i>	<i>Training</i>
<i>Samstag</i>	<i>04.07.15</i>	<i>16.00 Uhr</i>	<i>Spiel gegen SV Wallhausen</i>
<i>Montag</i>	<i>06.07.15</i>	<i>19.00 Uhr</i>	<i>Training</i>
<i>Mittwoch</i>	<i>08.07.15</i>	<i>19.00 Uhr</i>	<i>Training</i>
<i>Freitag</i>	<i>10.07.15</i>	<i>19.30 Uhr</i>	<i>Spiel gegen VfL Rüdesheim</i>
<i>Sonntag</i>	<i>12.07.15</i>	<i>nachmittags</i>	<i>Spiele gegen SV Waldlaubersheim ( II + I )</i>
<i>Dienstag</i>	<i>14.07.15</i>	<i>19.00 Uhr</i>	<i>Training</i>
<i>Donnerstag</i>	<i>16.07.15</i>	<i>19.00 Uhr</i>	<i>Training</i>
<i>Freitag</i>	<i>17.07.15</i>	<i>19.30 Uhr</i>	<i>Training</i>
<i>Sonntag</i>	<i>19.07.15</i>	<i>16.00 Uhr</i>	<i>Spiel in Langenlonsheim</i>
<i>Dienstag</i>	<i>21.07.15</i>	<i>19.00 Uhr</i>	<i>Training</i>
<i>Donnerstag</i>	<i>23.07.15</i>	<i>19.00 Uhr</i>	<i>Training od. Spiel gegen TSG Planig</i>
<i>Freitag</i>	<i>24.07.15</i>	<i>19.30 Uhr</i>	<i>Training</i>
<i>Dienstag</i>	<i>28.07.15</i>	<i>19.00 Uhr</i>	<i>Training</i>
<i>Freitag</i>	<i>31.07.15</i>	<i>19.30 Uhr</i>	<i>Training</i>
<i>Sonntag</i>	<i>02.08.15</i>	<i>15.00 Uhr</i>	<i>1.Saisonspiel 2015/2016</i>

**Zum Training werden Fußball- und Laufschuhe benötigt**

*Hans-Peter Zimmermann*

*Tel.: 0151-26413486 ; dienstl.: 0671-378205  
E-mail: Hans-Peter.Zimmermann@ruv.de*