

# Trainingsplan Erwachsene/Mannschaften

## SOMMERSAISON 2024 TG DÖHREN - TENNISCHULE PÖTTER

Stand: Juli 2024

GÜLTIG ab 05.08. bis 14.09.2024 (nach den Sommerferien)

Änderungen vorbehalten

Montag		Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Start: 05.08.-02.09.24		Start: 06.08.-03.09.24	Start: 07.08.-04.09.24	Start: 02.05.24	Start: 09.08.-30.08.24 und 13.09.24	Start: 10.08.-31.08.2024 und 14.09.24
Trainer Ralf		Trainer Ralf	Trainer Ralf		Trainer Ralf	
<b>10:00-11:00 / Platz 1</b>		<b>Privattraining auf Anfrage!</b>	<b>09:00-10:00 / Platz 1</b>		<b>Privattraining auf Anfrage</b>	<b>09:00-10:00 / Platz 5</b>
Christine			DAMEN 50 I			Marianne / Sabine
Paul			MF Britta P.			Almut / Jochen
Ilse			<b>10:00-11:00 / Platz 1</b>			<b>10:00-11:00 / Platz 5</b>
Rüdiger			Doro / Carmen/Biggi			MF Julia H.
<b>11:00-12:00 / Platz 1</b>			<b>11:00-12:00 / Platz 1 +2</b>			<b>11:00-13:00 / Platz 1 +2</b>
Michael			MF Heinz H.			<b>Trainings/Spieltreff mit Ralf</b>
Bernd			HERREN 60			für Fortgeschrittene & Turnierspieler
Walter						€ 15,- für Mitglieder
Anika						€ 20,- für Gäste nur mit Voranmeldung
<b>12:00-13:00 / Platz 1</b>				<b>Termine: bitte anmelden</b>		
Christian				09.08./ 16.08. / 23.08. / 30.08.		
Fritz						
Fred						
		<b>16:00-17:00 / Platz 6</b>	<b>16:00-17:00 / Platz 6</b>		<b>16:00-17:00/ Platz 6</b>	
		Gruppe Bettina M.-B.	Damen 40 I		Gruppe Anja /Nina / Katja	
			MF Kerstin A.		Kerstin / Gabi	Trainer: Mark/Tam
<b>17:00-18:00 / Platz 6+7</b>	<b>17:00-18:00 / Platz 6</b>	<b>17:00-18:00 / Platz 6</b>			<b>17:00-18:00 / Platz 6 +7</b>	<b>17:00-18:00 / Platz 1 +2</b>
MF Martin H.	Gruppe Markus R.	MF Ruth S.			MF Michael D.	DAMEN
HERREN 50 II / 55		DAMEN 40 II / 50			HERREN 55 / 60	offene Klasse
			Trainer Tam/Mark	<b>Termine: Schnuppertennis</b>		
				01.08. / 08.08.		
<b>18:00-19:00 / Platz 6+7</b>	<b>18:00-19:00 / Platz 6+7</b>	<b>18:00-19:15 / Platz 6+7</b>	<b>18:00-19:00 / Platz 1+2</b>	15.08. / 22.08. /	<b>18:00-19:00 / Platz 6 + 7</b>	<b>18:00-19:00 / Platz 1 + 2</b>
MF Martin H.	Dorothee / Alexa	MF Florian K.	DAMEN/ HERREN	<b>Nur mit Voranmeldung!</b>	MF Julia H.	HERREN
HERREN 55 / 60	Julianne / Maike	HERREN 40 I	offene Klasse	direkt bei Kirsten	DAMEN / DAMEN 30 I + II	offene Klasse
	Viktoria		Herren 30 I	€ 10,- für Mitglieder		
<b>19:00-20:00 / Platz 6+7</b>	<b>19:00-20:00 / Platz 6+ 7</b>	<b>19:15-20:30 / Platz 6+7</b>	<b>19:00-20:00 / Platz 1+2</b>	€ 15,- Nicht-Mitglieder	<b>19:00-20:00 / Platz 6</b>	<b>19:00-20:00 / Platz 1 + 2</b>
MF Julia H.	MF Heike B.	MF Timo W.	DAMEN / HERREN	<b>19:00-21:00 / Platz 6 + 7</b>	MF Martin V.	HERREN
DAMEN / DAMEN 30 I + II	DAMEN 40 / 50	HERREN 40 II	offene Klasse	<b>Schnuppertennis</b>	HERREN 50	offene Klasse
			<b>20:00-21:00 / Platz 1+2</b>	<b>Spiel- und Trainingstreff für Ein- und Wiedersteiger</b>	<i>entfällt am 13.09.24</i>	
			DAMEN / HERREN	<b>Trainerin: Kirsten</b>		
			offene Klasse			

**Kontakt:**

Ralf Pötter 0177-2883161

TRAINER: TAM Vo 0176-47686924

TRAINER: MARK Jung 01578-8577502

TRAINERIN: KIRSTEN Uhlig 0176-20247768

**Trainingsrichtlinien Sommer 2024 / TG Döhren**

> witterungsbedingte Trainingsausfälle werden mit 50% Trainingsanteil berechnet

> sollte der Trainer ausfallen, bleibt der Trainingsplatz für die Trainingsgruppe zum freien Spielen reserviert

> **Gäste:** im Gruppentraining € 5,- pro Std./Teilnahme