



Trainingsplan FC Bonaduz Saison 26/27



Zeit	Montag					Dienstag					Mittwoch					Donnerstag					Freitag					Zeit
	Tuleu West		Tuleu Ost		Rhazüns	Tuleu West		Tuleu Ost		Rhazüns	Tuleu West		Tuleu Ost		Rhazüns	Tuleu West		Tuleu Ost		Rhazüns	Tuleu West		Tuleu Ost		Rhazüns	
	S	N	W	O		S	N	W	O		S	N	W	O		S	N	W	O		S	N	W	O		
16.30 h																										16.30 h
16.45 h																										16.45 h
17.00 h																										17.00 h
17.15 h																										17.15 h
17.30 h																										17.30 h
17.45 h			17:45					17:45	17:45							17:45	17:45									17.45 h
18.00 h	18:00		F			18:00	18:00	E	G		18:00					E	F	18:00	18:00	18:00						18.00 h
18.15 h	Da		F			Db	Dc	E	G		Da					E	F	Db	Dc	FF14						18.15 h
18.30 h	Da		F			Db	Dc	E	G		Da					E	F	Db	Dc	FF14						18.30 h
18.45 h	Da		F			Db	Dc	E	G		Da					E	F	Db	Dc	FF14						18.45 h
19.00 h	Da		19:15		19:00	Db	Dc	19:15	17:45		Da			19:00	19:15	19:15	Db	Dc	FF14							19.00 h
19.15 h	19:30				C	19:30	19:30				19:30			C			19:30	19:30	19:30							19.15 h
19.30 h	19:30				C	19:30	19:30	19:30		19:30	ab 19:30 reserviert für Spiele	19:30	C	19:30	19:30	19:30	19:30							19:30		19.30 h
19.45 h	B				C	1	V	2		S		B	C	1	1	2	2				Spiel 20.00 Senioren oder Veteranen			1		19.45 h
20.00 h	B				C	1	V	2		S		B	C	1	1	2	2							1		20.00 h
20.15 h	B				20:30	1	V	2		S		B	20:30	1	1	2	2							1		20.15 h
20.30 h	B					1	V	2		S		B		1	1	2	2							1		20.30 h
20.45 h	21:00					21:00	21:00	21:00		21:00		21:00		21:00	21:00	21:00	21:00							21:00		20.45 h
21.00 h																										21.00 h
21.15 h																										21.15 h

Legende:

1	1. Mannschaft	FF14	Junioren D
2	2. Mannschaft	B	Junioren B
S	Senioren (30+)	C	Junioren C
V	Veteranen (40+)	D	Junioren D
Ge	Gentleman	E	Junioren E
---	Goalie Training A-C	F	Junioren F
---	Goalie Training D	G	Junioren G

➤ Die Zeiten und Belegungen müssen strikte eingehalten werden. Änderungswünsche sind an den Chef Trainingsplan zu richten!

➤ Spiel- und Schussübungen auf die Spieltore sind in unserem Interesse verboten! Die Tore sind fahrbar (Ost) oder es können fahrbare aufgestellt werden!

➤ Bei gesperrten Feldern (nach langen Regenfällen) wechseln die Mannschaften selbständig auf das Eisfeld oder Nebefeld und sprechen sich untereinander ab!

➤ Die Trainings der Junioren F und E werden als Pooltraining durchgeführt.