

# Trainingsplan Sommervorbereitung Saison 2015/2016

Datum	Wochentag	Uhrzeit	
03.07.15	Freitag	19.00	Trainingsauftakt
05.07.15	Sonntag	16.00	Testspiel SG Bogel I – SpVgg. Viertäler (im Rahmen des Sportfestes der SSV 1921 Urbar / Heidestadion Urbar)
06.07.15	Montag	19.00	Training
08.07.15	Mittwoch	19.00	Training
10.07.15	Freitag	19.00	Training
11.07.15	Samstag	17.00	Testspiel SG Bogel II – TuS Singhofen II
12.07.15	Sonntag	16.30	Testspiel SG Bogel I – SV Braubach
14.07.15	Dienstag	19.00	Training / Sportwoche FSV Welterod
16.07.15	Donnerstag		Trainingslager (siehe gesonderten Plan)
17.07.15	Freitag		Trainingslager (siehe gesonderten Plan)
18.07.15	Samstag		Trainingslager (siehe gesonderten Plan)
19.07.15	Sonntag		Trainingslager (siehe gesonderten Plan)
21.07.15	Dienstag	19.00	Training
24.07.15	Freitag	19.00	Training
25.07.15	Samstag	17.00	Testspiel SG Bogel I – TUS Kemel
26.07.15	Sonntag	15.00	Testspiel SG Bogel II – SG Attenhausen
27.07.15	Montag	19.00	Training
29.07.15	Mitwoch	19.00	Training
31.07.15	Freitag	19.00	Training
01.08.15	Samstag	17.00	Testspiel SG Bogel I - SG Niederburg I
02.08.15	Sonntag	14.30	Testspiel SG Bogel II – SG Kaub I
04.08.15	Dienstag	19.00	Training
06.08.15	Freitag	19.00	Training
08/09.08.15	Sa / So		1. Runde Kreispokal (Begegnungen stehen noch nicht fest)
11.08.15	Dienstag	19.00	Training
14.08.15	Freitag	19.00	Training
16.08.15	Sonntag	14.30	1. Meisterschaftsspiel (Begegnungen stehen noch nicht fest)
18.08.15	Dienstag	19.00	Training

**Zu jedem Training sind Fussball- sowie Laufschuhe mitzubringen!!**