

Vorläufiger Plan Saison 2018/2019



Stand
13.12.2018

Wintervorbereitung Saison 2018/2019 SG Lahnfels

Bis zum 18.01.2019 sollte jeder mind. 6 Laufeinheiten (ca. 45 min) absolviert haben

Datum	Tag	Uhrzeit	Training/Spiel/frei
18.01.2019	Freitag	19:00	Training / Spiellersitzung
19.01.2019	Samstag		Trainingsgestaltung abhängig vom Hallenturnier in Niederwalgern
20.01.2019	Sonntag		Trainingsgestaltung abhängig vom Hallenturnier in Niederwalgern
21.01.2019	Montag	18:45	Training / Sauna - GSF
22.01.2019	Dienstag		
23.01.2019	Mittwoch	19:00	Training
24.01.2019	Donnerstag	19:00	Training / Spiellersitzung
25.01.2019	Freitag		Brauereibesichtigung Krombach
26.01.2019	Samstag	17:00	VB-Spiel 1. Mannschaft: FC Giessen 2 - SG Lahnfels
27.01.2019	Sonntag		
28.01.2019	Montag	18:45	Training / Sauna - GSF
29.01.2019	Dienstag		
30.01.2019	Mittwoch	19:00	Training
31.01.2019	Donnerstag		
01.02.2019	Freitag	19:00	Training
02.02.2019	Samstag		
03.02.2019	Sonntag	???	VB-Spiele 1. und 2. Mannschaft: MTV Giessen - SG Lahnfels
04.02.2019	Montag		locker laufen 45-60min. im Georg Gaßmann Stadion anschließend Sauna
05.02.2019	Dienstag	19:00	Training
06.02.2019	Mittwoch	19:00	VB-Spiel 1. Mannschaft: VFL Weidenhausen - SG Lahnfels
07.02.2019	Donnerstag		
08.02.2019	Freitag	19:00	Training
09.02.2019	Samstag	14.00/16.00 Uhr	VB-Spiele 1. und 2. Mannschaft: Wettenberg - SG Lahnfels
10.02.2019	Sonntag		
11.02.2019	Montag		locker laufen 45-60min. im Georg Gaßmann Stadion anschließend Sauna
12.02.2019	Dienstag	19:00	Training
13.02.2019	Mittwoch	19:00	VB-Spiel 1. Mannschaft: VFL Biedenkopf - SG Lahnfels
14.02.2019	Donnerstag		
15.02.2019	Freitag	19:00	Training
16.02.2019	Samstag	14.00/16.00 Uhr	VB-Spiele 1. und 2. Mannschaft: Kleinlinden - SG Lahnfels
17.02.2019	Sonntag		
18.02.2019	Montag		locker laufen 45-60min. im Georg Gaßmann Stadion anschließend Sauna
19.02.2019	Dienstag	19:00	Training
20.02.2019	Mittwoch	19:00	VB-Spiel 2. Mannschaft: SG Lahnfels - SG Dautphetal
21.02.2019	Donnerstag		
22.02.2019	Freitag	19:00	Training
23.02.2019	Samstag		
24.02.2019	Sonntag	14:30	1. Spieltag: SG Lahnfels - TSV Röddenau
24.02.2019	Sonntag	13:00:00 ??? Sa ???	VB-Spiel 2. Mannschaft: SG Lahnfels II - SG Simtshausen/T./Asphe
25.02.2019	Montag		
26.02.2019	Dienstag	19:00	Training
27.02.2019	Mittwoch	20:00	VB-Spiel 1. Mannschaft: Rennertehausen - SG Lahnfels
28.02.2019	Donnerstag	19:00	Training
01.03.2019	Freitag		
02.03.2019	Samstag		2. Spieltag: SC Gladenbach - SG Lahnfels
03.03.2019	Sonntag	15:00	VB-Spiel 2. Mannschaft: SV Bauerbach II - SG Lahnfels II
04.03.2019	Montag	12:30	Rosenmontag Gartenlaube
05.03.2019	Dienstag		
06.03.2019	Mittwoch	19:00	Training
07.03.2019	Donnerstag		
08.03.2019	Freitag	19:00	Training
09.03.2019	Samstag		
10.03.2019	Sonntag	13:00	1. Spieltag: SG Lahnfels II - TSV Moischt
10.03.2019	Sonntag	15:00	3. Spieltag: SG Lahnfels - FC Türk Gücü Breidenbach

Bitte Laufschuhe zu jedem Training mitbringen (auch während der laufenden Saison)!!!

Abmeldungen über Horst Prenzer Tel. 0152-21790708 / Thomas Lampmann Tel. 0171-6336148