

# Trainingsplan - ESV 03 Chemnitz e.V.

30. KW  
20.7 -26.7.

Team	Jg	Montag 20.7.	Dienstag 21.7.	Mittwoch 22.7.	Donnerstag 23.7.	Freitag 24.7.	Samstag 25.7.	Sonntag 26.7.
Sperrzeiten EFC								
Projekte	KiTa GTA							
VSU	5./6. 7./8. 9./10. 11.-13.	Wir wünschen unseren SportlerInnen erholsame Ferien! Bleibt gesund! Bis 17. August! Euer Trainerteam						
U7	Laufgruppe 2014 und jünger	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling
U9	2012-2013	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling
U11	2010-2011	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling
U13	2007-2009	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling
U15	2007-2009	2006er mit U17	2006er mit U17	2006er mit U17	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling			
U17	2004-2006	10:00-11:15    Athletik	10:00-11:15    Athletik	10:00-11:15    Athletik	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling			
U20	2001-2003	10:00-11:15    Athletik	10:00-11:15    Athletik	10:00-11:15    Athletik	selbständig: Radfahren, Inlineskaten, Klettern, Schwimmen, kl. Spiele, Stickhandling			
Regio			19:00-20:00    Turnhalle					
Hobby	Kieselstein Kuhschnapp'l Eisblumen sonstige			19:45-21:00    Turnhalle	19:00-20:30    ESH			

**UNTERSTÜTZE UNS  
PER SMARTPHONE**  
ohne Geld auszugeben



Unterstütze jetzt  
Förderung des Eishockeynachwuchses in  
Chemnitz  
Scan den Herzcode und  
erfahre wie es geht!  
<https://smoo.st/it/6xq49>

**BILDUNGSPENDER**



**Kostenlos helfen:  
Unseren Verein mit  
einem Einkauf bei  
über 1.600 Shops  
unterstützen!**  
**Jetzt mitmachen**



Achtung: Treffzeiten - 15min vor Athletik, 30min vor Eistraining, 90min vor Heimspiel, 15min vor Abfahrt Auswärtsspiel