

# Trainingsplan - ESV 03 Chemnitz e.V.

## 11. KW - Saison 2023-2024

### 11.-17.3.

Team	Jg	Montag 11.3.	Dienstag 12.3.	Mittwoch 13.3.	Donnerstag 14.3.	Freitag 15.3.	Samstag 16.3.	Sonntag 17.3.	Trainer
<b>Sperrzeiten EFC</b>							0:00-24 EFC		Crashers
<b>Projekte</b>	KiTa GTA	09:00-09:50 Eis	09:00-09:50 Eis 15:30-16:30 GTA Sporth.	09:00-09:50 Eis	09:00-09:50 Eis	09:00-09:50 Eis			Charousek Stiegler
<b>VSU</b>	5./6.	07:00-07:50 Eis	06:45-07:30 Eis		06:50-07:50 Eis				Rentzsch
	7./8.	10:00-11:20 Athletik	07:45-08:15 Athletik			10:00-11:20 Athletik			Strobelt
	9./10. 11.-13.		10:00-11:20 Athletik	09:45-10:30 Eis 10:50-11:20 Athletik	10:00-11:20 Athletik				U17 Buschmann
<b>U7</b>	<b>Laufgruppe 2017 und jünger</b>			17:00-17:50 Athletik		16:30-17:15 Eis	12:30-13:30 Eis		Charousek U15 Charousek Buschmann
<b>U9</b>	<b>2015-2016</b>			17:50-18:50 Athletik		16:30-17:15 Eis	12:30-13:30 Eis		U13 Buschmann Charousek Strobelt
<b>U11</b>	<b>2013-2014</b>	07:00-07:50 Eis		17:00-17:30 Seilspr. 18:00-18:50 Eis	17:00-17:30 Seilspr. 18:00-18:50 Eis		U10 Turnier in Teplice	U10 Turnier in Teplice	1x: Huster, Engel, Sauerw.
		17:00-18:00 Athletik							U11 Strobelt
<b>U13</b>	<b>2011-2012</b>	07:00-07:50 Eis		17:00-17:30 Seilspr. 18:00-18:50 Eis	17:00-17:30 Seilspr. 18:00-18:50 Eis		U12 Turnier in Ostrov		Buschmann, Engel
		15:45-17:00 Athletik						U7/U9 Rentzsch Schaufuß	
<b>U15</b>	<b>2009-2010</b>	18:30-19:30 Athletik		17:50-18:20 Athletik 18:55-19:45 Eis	17:50-18:20 Athletik 18:55-19:45 Eis	16:00-16:45 Athletik 17:20-18:05 Eis	U15 LK2 in Schönheide 07:30 Treff 10:00 Spiel	U15 LK2 in Leipzig 07:30 Treff 10:00 Spiel	1x: Huster, Engel, Sauerwein
		19:55-20:50 Eis							Parthum Hofmann, Eidam Buschm./Charousek
<b>U17</b>	<b>2007-2008</b>	18:30-19:30 Athletik		Spielbeob. EPC-KRP 18:30 Abfahrt 22:15 zurück	17:50-18:20 Athletik 18:55-19:45 Eis	16:00-16:45 Athletik 17:20-18:05 Eis			Zieseniß, 4x U20/Mä
		19:55-20:50 Eis							VSU Buschmann Charousek
<b>U20</b>	<b>2004-2006</b>	21:00-22:00 Eis	19:45-20:45 Eis <span style="color: red;">in Crimmitschau</span>	19:15 Treff 19:30-20:30 Athletik 21:00-22:00 Eis		18:30-19:45 Eis <span style="color: red;">in Crimmitschau ???</span>	U20 Play-Off vs ??? 16:45 Treff 18:45 Spiel	U20 Play-Off vs ??? 09:30 Treff 11:30 Spiel	Rentzsch
									GTA Rentzsch Buschmann
<b>Regio</b>			21:00-22:00 Eis		19:15 Treff 19:30-20:30 Athletik 21:00-22:00 Eis		PO1: in Schönheide 14:00 Treff 17:00 Spiel	PO2: vs Schönheide 15:30 Treff 17:30 Spiel	KiTa Rentzsch, Bauer Praktikanten Torhüter
<b>Hobby</b>	<b>Kieselstein Kuhschnapp'l Eisblumen sonstige</b>	22:15-23:15 Eis		20:30-21:30 Turnhalle		22:00-23:15 Eis		20:00-22:10 Spiel 20:00-22:10 Spiel	Rentzsch Werner
			Malteser - ungerade Wochen 22:15-23:15 Eis						Bergert, Biggins Sereinig, 2x Schützen
			10:00-12:30 <span style="background-color: yellow;">AbSchlPrüf</span>	18:50-19:30 TH frei					

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

Bei Eistraining in der Trainingshalle bitte 40min vor dem Training da sein!