

1. Mannschaft Trainingsplan Frühjahr 09

| | | |
|-----|-------|---|
| Di, | 13.1. | 20:00 VS Wallenmahd Trainingsbeginn Vorbereitung Frühjahr |
| Di, | 20.1. | 20:00 Training VS Wallenmahd |
| Mo, | 26.1. | Frei |
| Di, | 27.1. | 20:00 Training VS Wallenmahd |
| Mi, | 28.1. | Frei |
| Do, | 29.1. | 18:30 Training |
| Fr, | 30.1. | 19:45 Training Hatlerdorf + U17 |
| Sa, | 31.1. | 10:30 Training |
| So, | 1.2. | Frei |
| Mo, | 2.2. | 18:00 Halle |
| Di, | 3.2. | 19:45 Hatlerdorf gegen Austria Lustenau Amat. |
| Mi, | 4.2. | Frei |
| Do, | 5.2. | 18:30 Training |
| Fr, | 6.2. | 19:45 Training Hatlerdorf + U17 |
| Sa, | 7.2. | 14:00 Altach gegen Altach Amat. |
| So, | 8.2. | Frei |
| Mo, | 9.2. | 18:00 Halle |
| Di, | 10.2. | 19:45 Training Hatlerdorf |
| Mi, | 11.2. | 18:30 Frei |
| Do, | 12.2. | 18:30 Training |
| Fr, | 13.2. | 19:45 Hatlerdorf gegen FC Schwarzach |
| Sa, | 14.2. | 13:00 Rodelrennen Ammenegg mit gemeinsamen Essen |
| So, | 15.2. | Frei |
| Mo, | 16.2. | 18:00 Halle |
| Di, | 17.2. | 19:45 Hatlerdorf gegen RW Langen |
| Mi, | 18.2. | 18:30 Training |
| Do, | 19.2. | 18:30 Training |
| Fr, | 20.2. | 19:45 Lauterach gegen FC Lauterach |
| Sa, | 21.2. | Frei |
| So, | 22.2. | Frei |
| Mo, | 23.2. | Frei |
| Di, | 24.2. | Frei |
| Mi, | 25.2. | 18:30 Training |
| Do, | 26.2. | 18:30 Training |
| Fr, | 27.2. | 19:45 Hatlerdorf gegen Lindau oder 19:30 Lindau gegen Lindau |
| Sa, | 28.2. | 10:30 Training |
| So, | 1.3. | Frei |
| Mo, | 2.3. | 18:00 Halle |
| Di, | 3.3. | 19:45 Hatlerdorf gegen BW Feldkirch 1b |
| Mi, | 4.3. | Frei |
| Do, | 5.3. | 18:30 Training |
| Fr, | 6.3. | 19:45 Training Hatlerdorf + U17 |
| Sa, | 7.3. | Frei |
| So, | 8.3. | 11:00 Bregenz gegen Viktoria |

| | | |
|-----|-------|---|
| Mo, | 9.3. | 18:00 Halle |
| Di, | 10.3. | 19:45 Hatlerdorf gegen FC Koblach |
| Mi, | 11.3. | Frei |
| Do, | 12.3. | 18:30 Training |
| Fr, | 13.3. | 19:45 Hatlerdorf gegen FC Andelsbuch oder |
| Sa, | 14.3. | 14:00 Andelsbuch |
| So, | 15.3. | Frei |
| | | |
| Mo, | 16.3. | 18:30 Training |
| Di, | 17.3. | 19:45 Training Hatlerdorf |
| Mi, | 18.3. | Frei |
| Do, | 19.3. | 18:30 Training |
| Fr, | 20.3. | Frei |
| Sa, | 21.3. | 14:00 Röthis gegen SC Röthis |
| So, | 22.3. | Frei |
| | | |
| Mo, | 23.3. | Frei |
| Di, | 24.3. | 18:30 Training |
| Mi, | 25.3. | Frei |
| Do, | 26.3. | 18:30 Training |
| Fr, | 27.3. | 18:30 Training |
| Sa, | 28.3. | Frei |
| So, | 29.3. | 10:30 1.MS-Spiel gegen Lochau |

Eine verletzungsfreie Vorbereitung und einen guten Meisterschaftsstart wünschen
Trainer Mario Oprsal und die sportliche Leitung Wolfi und Pfuse.