Trainingsplan Erwachsene/Mannschaften **SOMMERSAISON 2024 TG DÖHREN - TENNISSCHULE PÖTTER** Stand: April 2024

GÜLTIG vom 29.04.-23.06.2024 (bis zu den Sommerferien) 2. Block erfolgt nach den Nds. Sommerferien

Änderungen vorbehalten

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Start: 29.04.-17.06.24	Start: 30.04.-18.06.24	Start: 08.05.-19.06.24	Start: 02.05.24	Start: 03.05.-14.06.24	Start: 04.05.-15.06.2024
Trainer Ralf	Trainer Ralf	Trainer Ralf		Trainer Ralf	Trainer Ralf
10:00-11:00 /Platz 2 **Platz 1**	**Privattraining auf Anfrage!**	**09:00-10:00 /Platz 1 +2**		**10:00-11:00 /Platz 1 +2**	**09:00-10:00 / Platz 5**
Christine Training		DAMEN 50 I		Personaltraining	Marianne / Sabine
Paul Ballmaschine		MF Britta P.		nach Vereinbarung	Almut / Jochen
Ilse		**10:00-11:00 / Platz 1 + 2**		oder	**10:00-11:00 /Platz 5**
Rüdiger		Doro / Carmen/Biggi		Nutzung Ballmaschine!	MF Julia H.
11:00-12:00 / Platz 2 **Platz 1**		**11:00-12:00 / Platz 1 +2**		**11:00-13:00 / Platz 1 +2**	DAMEN/ DAMEN 30 I + II
Michael Training		MF Heinz H.		**Trainings/Spieltreff mit Ralf**	**11:00-12:00 /Platz 5**
Bernd Ballmaschine		HERREN 60		für Fortgschrittene & Turnierspieler	MF Julia H.
Walter				€ 15,-- für Mitglieder	DAMEN / DAMEN 30 I + II
Anika				€ 20,-- für Gäste nur mit Voranmeldung	**12:00-13:00 / Pl.5**
12:00-13:00 / Platz 1 **Platz 1**				**Termine: bitte anmelden**	Personaltraining
Christian Training				03.05. / 10.05. / 17.05. / 24.05. / 31.05. / 07.06.	auf Anfrage
Fritz Ballmaschine				14.06. // 09.08./ 16.08. / 23.08. / 30.08.	
Fred					ACHTUNG!
					kein Training am 18.05.24
				ACHTUNG!	
ACHTUNG! 20.05.24 Pfingstmontag kein Training für alle Gruppen				**kein Training am 21.06.24**	
	16:00-17:00 / Platz 6+7	**16:00-17:00 / Platz 6+7**		**16:00-17:00/ Platz 6 + 7**	
	Gruppe Bettina M.-B.	Damen 40 I		Gruppe Anja /Nina / Katja	
		MF Kerstin A.		Kerstin / Gabi	Trainer: Mark/Tam
17:00-18:00 / Platz 6+7	**17:00-18:00 / Platz 6+7**	**17:00-18:00 / Platz 6**	**Termine: Schnuppertennis**	**17:00-18:00 / Platz 6 +7**	**17:00-18:00 / Platz 1 +2**
MF Martin H.	Gruppe Markus R.	MF Ruth S.	02.05. / 16.05. / 23.05.	MF Michael D.	DAMEN
HERREN 50 II / 55		DAMEN 40 II / 50	30.05. / 20.06. / 27.06.	HERREN 55 / 60	offene Klasse
		Trainer Tam/Mark	04.07. / 11.07. / 18.07.		
			25.07. / 01.08. / 08.08.		
18:00-19:00 / Platz 6+7	**18:00-19:00 / Platz 6+7**	**18:00-19:15 / Platz 6+7**	15.08. / 22.08. / **18:00-19:00 / Platz 1+2**	**18:00-19:00 / Platz 6 + 7**	**18:00-19:00 / Platz 1 + 2**
MF Martin H.	Dorothee / Alexa	MF Florian K.	**Nur mit Voranmeldung!** DAMEN/ HERREN	MF Julia H.	HERREN
HERREN 55 / 60	Julianne / Maike	HERREN 40 I	direkt bei Kirsten offene Klasse	DAMEN / DAMEN 30 I + II	offene Klasse
	Viktoria		€ 10,- für Mitglieder Herren 30 I		
19:00-20:00 / Platz 6+7	**19:00-20:00 / Platz 6+ 7**	**19:15-20:30 /Platz 6+7**	€ 15,- Nicht-Mitglieder **19:00-20:00 /Platz 1+2**	**19:00-20:00 / Platz 6**	**19:00-20:00 / Platz 1 + 2**
MF Julia H.	MF Heike B.	MF Timo W.	**19:00-21:00 /Platz 6 + 7** DAMEN / HERREN	MF Martin V.	HERREN
DAMEN / DAMEN 30 I + II	DAMEN 40 / 50	HERREN 40 II	Schnuppertennis offene Klasse	HERREN 50	offene Klasse
			Spiel- und Trainingstreff **20:00-21:00 /Platz 1+2**		
			für Ein- und Wiedersteiger DAMEN / HERREN		
			Trainerin: Kirsten offene Klasse		

Kontakt:

Ralf Pötter 0177-2883161

TRAINER: TAM Vo 0176-47686924

TRAINER: MARK Jung 01578-8577502

TRAINERIN: KIRSTEN Uhlig 0176-20247768

Trainingsrichtlinien Sommer 2024 / TG Döhren

> witterungsbedingte Trainingsausfälle werden mit 50% Trainingsanteil berechnet

> sollte der Trainer ausfallen, bleibt der Trainingsplatz für die Trainingsgruppe zum freien Spielen reserviert

> **Gäste:** im Gruppentraining € 5,-- pro Std./Teilnahme

> bittet achtet am Anfang der Saison auf platzgrechtes Schuhwerk! evtl. Hallensohle