



FV Sportfreunde Altshausen 1909 e.V.

Vereinsfarben: Gelb/Schwarz
Vereinslokal: Sportheim
Altshausen
Blönrieder Str.
88361 Altshausen
07584 - 1213
www.fva09.de
info@fva09.de

Vorbereitungsplan für die Aktiven zum Spieljahr 2020/2021

Trainingsbeginn jeweils um 19.00 Uhr

Mo.	06.07.	Kraft- und Stabilisationsübungen ca. 30 Min. mit Julian Schweizer anschl. Lauftraining und Spiel
Mi.	08.07.	- " -
Fr.	10.07.	- " -

Mo. 13.07. Kraft- und Stabilisationsübungen ca. 30 Min. mit Julian Schweizer
anschl. Lauftraining und Spiel

Mi. 15.07. - " -

Fr. 17.07. - " -

Mo. 20.07. Kraft- und Stabilisationsübungen ca. 30 Min. mit Julian Schweizer
anschl. Lauftraining und Spiel

Mi. 22.07. - " -

Fr. 24.07. Spiel um 18:30 Uhr SGM Altshausen/Ebenweiler II - Ostrach II in Ebenweiler
Spiel um 19:00 Uhr SGM Altshausen/Ebenweiler I – SG Baienfurt I in Altshausen

Sa. 25.07. Spiel um 17:00 Uhr SGM Altshausen/Ebenweiler I - Ratzenried (BZL)

So. 26.07. Spiel um 13:00 Uhr SGM Altshausen/Ebenweiler II - Hoßkirch in Ebenweiler

Di. 28.07. Training

Do. 30.07. Spiel um 19:00 Uhr SGM Altshausen/Ebenweiler I – TSG Wurzach

Sa. 01.08. Spiel um 16.30 Uhr SGM Altshausen/Ebenweiler I - Weingarten (LL)

So. 02.08. Spiel um 11:00 Uhr SGM Altshausen/Ebenweiler II – SG Baienfurt II in Altshausen

Mo. 03.08. Training

Di. 04.08. Training

Do. 06.08. Spiel um 19.15 Uhr in Meckenbeuren

Sa. 08.08. Trainingstag mit Übungseinheiten um 10:00 Uhr und 14:00 Uhr

Di. 11.08. Training

Do. 13.08. Training

Mo. 17.08. Training

Di. 18.08. Training

Mi. 19.08. Training

Do. 20.08. Training

Mo. 24.08. Training

Di. 25.08. Training

Fr. 28.08. Training