

Trainingsplan Adler Königshof - Saison 2020/21

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa
Kohlplatzweg		18:00 - 19:15 D1J 19:15 - 20:30 B1J 20:30 - 21:45 3M			16:45 - 18:00 E1J / E2J	
Scharfstr.	17:00 - 18:15 E1J / E2J 18:15 - 19:30 D2J				19:30 - 21:00 1M 20:45 - 22:00 1M / 1F / 2M	
Glockenspitz (Feld 1)	17:00 - 19:00 D1				17:00 - 19:00 A1M	
Glockenspitz (Feld 2)	20:30 - 21:45 A1J				20:30 - 21:45 A1J	
Glockenspitz (Feld 3)	20:30 - 21:45 2M					
Girmesgath				19:15-20:30 1F 20:30-21:45 2F		
Königshof		17:00-18:15 F1J / F2J / F1M 18:15-19:30 D1M 19:15 - 20:30 2F / A1M 20:30 - 22:00 1F	20:30 - 22:00 2M / A1J		17:00-18:15 C1J 18:15-19:30 D1J / D2J 19:30 - 20:45 B1J 20:45 - 22:00 3M	10:00 - 13:00 Athletik-Training
Hafelsstr.	16:15 - 17:30 Spielgruppe 17:30 - 19:00 D1W				16:45-18:00 F1J / F2J / F1M	
Wimmersweg	16:00-17:30 Minis 17:30-18:45 C1J 18:45-20:00 B1J					

Trainer/innen Saison 2020/21

1M		Marius Timofte		0175-7160485		
2M		Axel Timmermann		0176-22283242		
3M		Michael Pauser		0177-2723137	m.pauser@gmx.net	
1F		Ingo Häußler		0176-24083244		
2F		Michael Kuhlen				
A1J		Pascal Piefrement		01573-6321730	pascal.piefrement@web.de	
B1J		Ralf Legermann		0160-5375614	ralf.legermann@icloud.com	
C1J		Filip Zunic		0176-22979599	fi.zunic@gmail.com	
D1J		Frank Knepper		0175-5550667	frank.Knepper@gmx.de	
		Emily Hybel		0172-7883064	emily.hybel@arcor.de	
D2J		Stefan Minten		0176-62691902	stefan.minten@t-online.de	
		Klaus Peters		0170-8309852	klauspeters.kr@web.de	
E1J / E2J		Miriam Schiffer		01514-0554039	miriam-schiffer@gmx.de	
		Sebastian Neuhausen		0170-9382805	sebastian.neuhausen@googlemail.com	
F1J / F2J / F1M		Ralf Legermann		0160 5375614	ralf.legermann@icloud.com	
		Martin Jörissen		0174 6147502	martin.joerissen@djk-adler-koenigshof.de	
A1M		Jonathan Steinkuhl		0175 4733180	st.joni@web.de	
		Viviana Dors		0176-62214740	v.dors@web.de	
D1M		Viviana Dors		0176-62214740	v.dors@web.de	
		Katharina Oppers		0172-2150416	katha.oppers@gmail.com	