

# Trainingsplan Saison 2020/2021 Winter

07.10.20

LEGENDE: SZH - Sportzentrum Hauptfeld / SZT1 - Sportzentrum Kunstrasen **süd** / SZT2 - Sportzentrum Kunstrasen **nord** / SZNF - Sportzentrum Nebenfelder / WTG - Widi Trainingsfeld gross / WTK - Widi Trainingsfeld klein / WH - Widi Hauptfeld

 - STANDART / X - AUSNAHME

TAG	KABINE	TRAININGSPLATZ							TRAININGSZEITEN													TRAINER		DIVERSES														
		SZH	SZT1	SZT2	SZNF	WTG	WTK	WH	16:30	16:45	17:00	17:15	17:30	17:45	18:00	18:15	18:30	18:45	19:00	19:15	19:30	19:45	20:00		20:15	20:30	20:45	21:00										
MONTAG	1		Da																														Thaqi Selmon 076 320 69 12		<b>Clubhaus:</b>  Spiko-Präsident: Denis Cucinelli 079 / 398 54 43 Spiko-Sekretär: Ueli Kohler 079 / 311 77 37 Platzwart: Dino Kustura			
	2																																					
	3																																					
	4																																					
	5		B																																	Fareid Ramadanani 079 549 50 08	Mike Marti 079 459 70 10	
	6		H1																																	Michele Foglia 079 353 14 09	Loosli David 032 / 685 78 56	
DIENSTAG	1		Db																																Flavio Campitello 076 411 68 49		Nach jedem Training und nach jedem Spiel verlässt die Mannschaft die Kabine gereinigt. Für die Einhaltung der folgenden Weisungen sind die Trainer verantwortlich!  nach jedem Training die Tore wieder an den vorgesehen Platz stellen.  Die Kabinenschlüssel sind nach dem Training oder den Spielen in der Wirtschaft zu deponieren. Bei Meisterschaftsspielen an Wochentagen kann es bei der Kabinenzuteilung Änderungen geben.  Nutzungsintensität gemäss Betriebsordnung: WTK: 15h/Woche, WH: 25h/Woche	
	2																																					
	3		C																																			
	4		H3																																			
	5		V																																			
	6																																					
MITTWOCH	1																																					
	2																																					
	3																																					
	4																																					
	5																																					
	6																																					
DONNERSTAG	1																																					
	2																																					
	3																																					
	4		Ea																																			
	5		H2																																			
	6		H1																																			
FREITAG	1																																					
	2																																					
	3																																					
	4																																					
	5																																					
	6																																					

7.5h