



TRAININGSPLAN SC BURGDORF, STADION NEUMATT (gültig vom 29. März 2021 bis am 4. Juli 2021)



SC Burgdorf	MONTAG					DIENSTAG					MITTWOCH					DONNERSTAG					FREITAG						
	Kunstrasen		Naturrasen		Tribüne	Kunstrasen		Naturrasen		Tribüne	Kunstrasen		Naturrasen		Tribüne	Kunstrasen		Naturrasen		Tribüne	Kunstrasen		Naturrasen		Tribüne		
Frühling 2021	Links	Rechts	Links	Rechts		Links	Rechts	Links	Rechts		Links	Rechts	Links	Rechts		Links	Rechts	Links	Rechts		Links	Rechts	Links	Rechts			
16:00						Fb	Fc				TOBE U15	TOBE FE12									G						
bis																											
17:30																											
17:30	Da*	Eb	TOBE U15	Dc	GT D/E	Ca	Cb	Ea	Ec		Da	Dc		Db	Fa***	Ec	Ea		Eb	G	TOBE U15	Db	Da		Fa***		
bis	KT D (17:30-18:15)**																										
19:00	KT C (18:15-19:00)**																										
19:00	4L	5L	A*	GT Aktive	KT	3L	A	40+	50+	Ca	Cb	B	GT A/B/C	Fa***	A	3L	30+	B	Ca	Cb	Fa***						
bis	KT B (19:00-19:45)**																										
20:30	KT A (19:45-20:30)**																										
20:30	3L					4L			F						4L	5L											
bis																											
22:00																											

* wenn kein Koordinationstraining

** alle 2 Wochen gemäss Trainingsplan

*** 18.00 - 19.30

A: A-Junioren, B: B-Junioren, C: C-Junioren, D: D-Junioren, E: E-Junioren, F: F-Junioren, G: Fussballschule, TOBE: Team Oberaargau-Emmental

3L: Aktive 3. Liga, 4L: Aktive 4. Liga, 5L: Aktive 5. Liga, 30+: Senioren 30+, 40+: Senioren 40+, 50+: Senioren 50+, F: Frauen-Team Ehemalige

GT: Goalietraining

KT: Koordinationstraining

Ist der Naturrasen gesperrt, teilen sich die Mannschaften den Kunstrasen und trainieren je auf einem Viertel des Spielfeldes.

Die 1. Mannschaft (3L) hat immer mindestens den halben Platz zur Verfügung.