

TRAININGSPLAN SC BURGDORF, STADION NEUMATT (gültig vom 6. Juli 2020 bis am 9. Oktober 2020)

SC Burgdorf	MONTAG					DIENSTAG					MITTWOCH					DONNERSTAG					FREITAG					
Sommer 2020	Kunstrasen		Naturrasen		Tribüne	Kunstrasen		Naturrasen		Tribüne	Kunstrasen		Naturrasen		Tribüne	Kunstrasen		Naturrasen		Tribüne	Kunstrasen		Naturrasen		Tribüne	
V1.1 (30.06.2020)	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	Db		Dc	Fa	Ec	Ea		Eb	G	Da	Db	TOBE U15			
bis	KT D (17:30-18:15)**																									
19:00	KT C (18:15-19:00)**																									
19:00	A*	3L++	5L			3L***		40+	50+		A	B			Fa	3L***	Ca	Cb	30+	A	B					
bis	KT B (19:00-19:45)**					GT Aktive										GT A/B/C (ab 18:30)										
20:30	KT A (19:45-20:30)**																									
20:30						4L				F						4L	5L									
bis																										
22:00																										

* wenn kein Koordinationstraining

** alle 2 Wochen gemäss Trainingsplan

*** 3L bestimmt ob Kunst- oder Naturrasen

++ Reserve-Termin

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.