

## TRAININGSPLAN SC BURG DORF, STADION NEUMATT (gültig vom 2. November 2020 bis am 14. März 2021)

SC Burgdorf	MONTAG					DIENSTAG					MITTWOCH					DONNERSTAG					FREITAG				
Winter 2020/21	Kunstrasen		Naturrasen		Tribüne	Kunstrasen		Naturrasen		Tribüne	Kunstrasen		Naturrasen		Tribüne	Kunstrasen		Naturrasen		Tribüne	Kunstrasen		Naturrasen		Tribüne
V1.0 (02.10.2020)	Links	Rechts	Links	Rechts		Links	Rechts	Links	Rechts		Links	Rechts	Links	Rechts		Links	Rechts	Links	Rechts		Links	Rechts	Links	Rechts	
<b>16:00</b>											TOBE FE12	TOBE U15													
<b>bis</b>																									
<b>17:30</b>																									
<b>17:30</b>	Da+	TOBE U15			GT D/E	Ca	Cb			Dc	Da	Db			Ea	Ca/Cb/Dc****				Ec	Db	TOBE U15			Eb
<b>bis</b>	KT C/D++																								
<b>19:00</b>																									
<b>19:00</b>	3L*	5L			KT A/B++	4L	40+			50+	A	B			5L**	3L				30+	A	B			GT B/C
<b>bis</b>																GT Aktive									
<b>20:30</b>																									
<b>20:30</b>	V	V			V	3L*	V			F	V	V			V	5L***	4L			V	V	V			V
<b>bis</b>																									
<b>22:00</b>																									

\* Trainingspause Mitte November bis Ende Januar

\*\* November bis Mitte Februar

\*\*\* Ab Mitte Februar

\*\*\*\* Je ein Platzdrittel

+ wenn kein Koordinationstraining

++ vom 2. bis 23.11.2020 und ab dem 22.2.2021 alle 2 Wochen gemäss Koordinationstrainingsplan

A: A-Junioren, B: B-Junioren, C: C-Junioren, D: D-Junioren, E: E-Junioren, 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

V: Vermietung