

Trainingsplan Saison 2018 / 2019



nach Teams

Team	Tag	Zeit	Platz	Trainer	Tel-Nr.	Garderobe	
4. Liga a	Di.	19.30	21.00	Dornacker oben	Adrian Brenzikofer	079 / 824 58 66	4 4
	Do.	19.30	21.00	Dornacker oben			
4. Liga b	Mo.	19.30	21.00	Dornacker oben	Patrick Jost Thomas Lerch	079 / 739 70 81 079 / 694 92 27	2 Campus
	Do.	19.30	21.00	Campus			
Senioren 30 +	Mi.	19.45	21.30	Schwarzenbach	Patrick Sommer	079 / 485 90 28	Schwarzenbach
3. Mannschaft					Erwin Aeschlimann	079 / 285 15 24	
Senioren 40 +	Di.	19.30	21.00	Schwarzenbach	Urs Ryser	079 / 486 44 89	Schwarzenbach
Senioren 50 +	Di.	19.30	21.00	Schwarzenbach	Paul Schenk	079 / 774 84 46	Schwarzenbach
B	Di	19.15	20.45	Schwarzenbach	Bruno Gerber Erwin Aeschlimann	079 / 541 46 84 079 / 285 15 24	Schwarzenbach Campus
	Do	19.30	21.00	Campus			
Ca	Mo.	18.30	20.00	Schwarzenbach	Florian Studer	079 / 694 36 93	Schwarzenbach
	Mi.	18.30	20.00	Dornacker oben	Roland Meer	079 / 197 40 74	4
	Fr.	18.30	20.00	Dornacker unten	→ wenn Dornacker besetzt, Training in Schwarzenbach		
Cb	Mo	18.30	20.00	Schwarzenbach	Armin Pfister	078 / 896 22 21	Schwarzenbach Schwarzenbach
	Mi	18.30	20.00	Schwarzenbach			
Da	Di.	18.15	19.45	Dornacker unten	Prenke Shkorreti	079 / 276 71 89	2
	Do.	18.15	19.45	Dornacker unten	Daniel Schär	079 / 761 25 31	3
Db	Di.	18.15	19.45	Dornacker unten	Thomas Rey	078 / 749 19 87	2
Ea	Mo.	18.00	19.30	Dornacker unten	Urs Röthlisberger Thomas Schenk	079 / 211 53 12 079 / 245 10 42	4 2
	Do.	18.00	19.30	Dornacker oben			
Eb, Ec	Mo.	18.00	19.30	Dornacker unten	Ernst Nyffeler Michael Stöckli	078 / 633 50 81 079 / 704 29 38	4 2
	Do.	18.00	19.30	Dornacker unten			
Fa	Mo.	17.30	19.00	Dornacker oben	Marcel Scheidegger	079 / 388 78 33	3 3
	Mi.	17.30	19.00	Dornacker unten			
Fb, G	Mi.	17.45	19.15	Dornacker oben	Rene Baumgartner	079 / 461 25 02	3
					David Kobel	078 / 941 00 65	
Frauen	Mo.	19.30	21.00	Sumiswald	Walter Misteli	079 / 261 93 62	Sumiswald 2
	Mi.	19.30	21.00	Dornacker unten			
	Fr.	19.30	21.00	Schwarzenbach			
Torhüter Aktive Junioren A/B	Do.	19.00	20.15	Dornacker	Daniel Schär	079 / 761 25 31	4
Torhüter C/D/E							

Abwart Dornacker	Martin Leiser	078 / 730 34 17
Abwart Schwarzenbach	Otto Minder	079 / 600 84 30

Trainingsplan Saison 2018 / 2019 Rückrunde



nach Tagen

Tag	Dornacker oben	Dornacker unten	Schwarzenbach	Sumiswald	Campus
Montag	17.30 - 19.00 Fa 19.30 - 21.00 4. Liga b	18.00 - 19.30 Ea 18.00 - 19.30 Eb+Ec	18.30 - 20.00 Ca 18.30 - 20.00 Cb	19.30 - 21.00 Frauen	
Dienstag	19.30 - 21.00 4. Liga a	18.15 - 19.45 D (a+b)	19.30 - 21.00 Senioren 40+ 19.30 - 21.00 Senioren 50+ 19.15 - 20.45 B		
Mittwoch	17.45 - 19.15 Fb 17.45 - 19.15 G 18.30 - 20.00 Ca	17.30 - 19.00 Fa 19.30 - 21.00 Frauen	18.30 - 20.00 Cb 19.45 - 21.30 Senioren 30+ und 3. Mannschaft		
Donnerstag	18.00 - 19.30 Ea, Eb 19.30 - 21.00 4. Liga a	18.00 - 19.30 Ec 18.15 - 19.45 D 19.00 - 20.15 Goalie's			19.30 - 21.00 B 19.30 - 21.00 4. Liga b
Freitag		18.30 - 20.00 Ca	falls Dornacker besetzt, Training in Schwarzenbach		
			19.30 - 21.00 Frauen	wenn Training am Montag in Sumis nicht möglich, dann Freitag in S'bach	