

TuS Lintfort 45/87 e.V. Trainingsplan

Handball

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Sporthalle Eyller Straße		Sporthalle Eyller Straße		Sporthalle Eyller Straße		Sporthalle Eyller Straße		Sporthalle Eyller Straße	
16.00 - 17.30 Minis	16.00 - 17.30 Minis	Polizei	Polizei						
17.30 - 19.00 männl. E	18.00 - 19.30 weibl. E	17.00 - 18.30 männl. D	17.00 - 18.00 männl. C	17.00 - 18.45 weibl. D	17.00 - 18.45 weibl. B	17.30 - 19.00 männl. D	17.30 - 19.00 männl. D	17.00 - 19.00 weibl. E	17.00 - 19.00 weibl. E
19.00 - 21.00 männl. A	19.00 - 21.00 männl. A	18.30 - 20.30 1. Damen	18.30 - 20.30 1. Damen	18.45 - 20.45 1. Damen	18.45 - 20.45 1. Damen	19.00 - 20.30 1. Herren	19.00 - 20.30 1. Herren	19.00 - 20.30 2. Damen	19.00 - 20.30 weibl. A
		20.30 - 22.00 1. Herren	20.30 - 22.00 1. Herren	20.30 - 22.00 2. Herren	20.30 - 22.00 2. Herren	20.30 - 22.00 1. Damen	20.30 - 22.00 1. Damen	20.30 - 22.00 2. Herren	20.30 - 22.00 2. Herren
Minis	2010 & jünger	Sporthalle Sudermannstr		Sporthalle Sudermannstr		Sporthalle Sudermannstr		Sporthalle Sudermannstr	
E-Jugend:	2008/2009								
D-Jugend:	2006/2007								
C-Jugend	2004/2005								
B-Jugend	2002/2003	17.00 - 18.30 weibl. D	17.30 - 18.30 weibl. B	17.00 - 19.00 männl. A	17.00 - 19.00 männl. A	18.00 - 20.00 3. Damen	18.00 - 20.00 3. Damen		
A-Jugend	2000/2001	19.00 - 20.30 3. Damen	19.00 - 20.30 3. Damen	19.00 - 20.30 2. Damen	19.00 - 20.30 2. Damen			20.00 - 21.30 Hobby	20.00 - 21.30 Hobby

Bei Rückfragen: Handball: Jonas Geimer (01520/8589102), Volleyball: Sarah Gayk (0177/4063592)

Volleyball & Tanzen

Sporthalle Diesterweg / Vinnstraße		Sporthalle Sudermannstr.	Sporthalle Diesterweg / Vinnstraße
20 – 22 Uhr Black Diamond Dancer		20 – 22 Uhr Hobby Volleyball Damen	20 – 22 Uhr Black Diamond Dancer

Pilates: Dienstag, 18.30- 19.30 Uhr / Sporthalle Sudermannstr.

Mannschaft:	Name:	Mobil:
1. Damen	Bettina Grenz-Klein	vorsitzender@tus-lintfort.de
2. Damen	Ingo Gersmann	0157 83952633
	Caro Mook	0173 5795775
3. Damen	Bernd Gedanitz	0171 6579254
weibl. B	Christoph Ingenhaag-Hornen	0176 31739174
weibl. D	Nadine Ercan	0173 5442569
	Christoph Ingenhaag-Hornen	0176 31739174
weibl. E	Karl Ackermann	0175 2765800
	Stefan Alberts	
1. Herren	Andreas Michalak	0151 42323008
2. Herren	Marc Neervort	0176 71149337
männl. A	Damir Klecsik	0176 64613073
	Christoph Schlieper	0163 3534591
männl. C	Ulrich Klein	02842/41607
	Mo	
männl. D	Marc Neervort	0177 1691781
	Sascha Bendel	
männl. E	Tobias Pattberg	01520 9827366
Minis	Renate Rusch	0162 9727415
Pilates	Renate Rusch	0162 9727415
Hobbytruppe Handball	Christoph Schlieper	0163 3534591
Volleyball	Sarah Gayk	0077/4063592

