

## Wintervorbereitung Herren II SV Surwold Saison 2015/16

Datum	Einheit	Uhrzeit	Bemerkung
Di. 19.01.	Training	19:30 Uhr	Bwald
Fr. 22.01.	Training	19:30 Uhr	Bwald
Di. 26.01.	Training	19:30 Uhr	Bwald
Mi. 27.01.	Training	20:30 Uhr	Halle J.Burg Bmoor
Fr. 29.01.	Jansen Cup	18:00 Uhr	Halle Bwald
So. 31.01.	Training	09:30 Uhr	Bwald
So. 31.01.	FC Leer I - SV Surwold II	14:00 Uhr	Leer
Di. 02.02.	Training	19:30 Uhr	Bwald
Do. 04.02.	Training	19:30 Uhr	Bwald
Fr. 05.02.	SV Esterwegen I - SV Surwold II	19:30 Uhr	Esterwegen
Sa. 06.02.	Training		Bwald
Mo. 08.02.	Training	19:30 Uhr	Bwald
Mi. 10.02.	Training	20:30 Uhr	Halle J.Burg Bmoor
Sa. 13.02.	Neubürger I - SV Surwold II	15:00 Uhr	Neubürger
<b>Anschließend ab 19:30 Uhr gemeinsame Mannschaftsfeier</b>			
Mo. 15.02.	Training	19:30 Uhr	Bwald
Mi. 17.02.	Training	20:30 Uhr	Halle J.Burg Bmoor
Fr. 19.02.	Rajen - SV Surwold II	19:30 Uhr	Rajen Collinghorst
So. 21.02.	SV Renkenberge - SV Surwold II	14:00 Uhr	Renkenberge
Di. 23.02.	Training	19:30 Uhr	Bwald
Mi. 24.02.	Training	20:30 Uhr	Halle J.Burg Bmoor
Fr. 26.02.	Sögel II - SV Surwold II	19:30 Uhr	Sögel II
Di. 01.03.	Training	19:30 Uhr	Bwald
Fr. 04.03.	Training	19:30 Uhr	Bwald

Änderungen können ggf. auch kurzfristig erfolgen.

Zu jedem Training sind Hallenschuhe, Laufschuhe und Fußballschuhe mitzubringen.

Für die Studenten sind folgende Einheiten in der Woche zu erfüllen:

2x 60 Min. Ausdauerlauf und 1x 90 Min. Schwimmen / Radfahren.