

Trainingsplan Adler Königshof - bis nach den Ferien 2021

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa
Kohlplatzweg		18:00 - 19:15 E1W 19:15 - 20:30 ? 20:30 - 21:45 3M			16:45 - 18:00 E1J / E2J	
Scharfstr.	17:00 - 18:15 E1J / E2J 18:15 - 19:30 D1J/D2J				19:30 - 21:00 1M 20:45 - 22:00 1M / 1F / 2M	
Glockenspitz (Feld 1)	17:00 - 19:00 F				17:00 - 19:00 A1W	
Glockenspitz (Feld 2)	20:30 - 21:45 A1J/ B1J				20:30 - 21:45 A1J/B1J	
Glockenspitz (Feld 3)	20:30 - 21:45 2M					
Girmesgath				19:15-20:30 1F 20:30-21:45 2F		
Königshof		17:00-18:15 D1W / C1W 18:15-19:30 B1W 19:15 - 20:30 2F / A1W 20:30 - 22:00 1F		20:30 - 22:00 2M / A1J/B1J	17:00-18:15 C1J 18:15-19:30 D1J / D2J 19:30 - 20:45 ? 20:45 - 22:00 3M	10:00 - 13:00 Athletik-Training
Hafeisstr.	16:15 - 17:30 3-6J Spielgruppe 17:30 - 19:00 D1W				16:45-18:00 F1J / F2J / F1M	
Wimmersweg	16:00-17:30 6-7J Minis 17:00-18:15 C1J 18:45-20:00 B1W					
Freiher vom Stein						10:00 - 11:15 3-6J Spielgruppe

Trainer/innen Saison 2021/22

1M		Marius Timofte		0175-7160485	
2M		Uwe Hartmann		0172 2646298	
3M		Michael Pauser		0177-2723137	m.pauser@gmx.net
1F		Ingo Häußler		0176-24083244	
2F		Michael Kuhlen			
A1J		Ralf Legermann		0160 5375614	ralf.legermann@icloud.com
A1J		Melvin Lehner		0171 6134176	melvin.lehner@gmail.com
A1W		Katharina Oppers		0172-2150416	katha.oppers@gmail.com
A1W		Elias Eiker		17624063643	elias.eiker13@web.de
B1J		Ralf Legermann		0160 5375614	ralf.legermann@icloud.com
B1W		Melvin Lehner		0171 6134176	melvin.lehner@gmail.com
B1W		Stefan Mühlen		1711750312	Handball.stefan@muehlen.nrw
C1J		Pascal Piefremont		01573-6321730	pascal.piefremont@web.de
C1J		Filip Zunic		0176-22979599	fi.zunic@gmail.com
C+D1W		Nono Stangenberg		01578 5978318	nono.stangenberg@freenet.de
C+D1W		Viviana Dors		0176-62214740	v.dors@web.de
C+D1W		Emily Hybel		0172-7883064	emily.hybel@arcor.de
C+D1W		Katharina Oppers		0172-2150416	katha.oppers@gmail.com
D1J		Stefan Minten		0176-62691902	stefan.minten@t-online.de
D1J		Klaus Peters		0170-8309852	klauspeters.kr@web.de
D2J		Filip Zunic		0176-22979599	fi.zunic@gmail.com
D2J		Sebastian Neuhausen		0170-9382805	sebastian.neuhausen@googlemail.com
E1J		Frank Knepper		0175-5550667	frank.Knepper@gmx.de
E1J		Maikelauffs		0173 7235422	maikelaufs@arcor.de
E1W		Yesim Kukluk		0172 4509812	
E1W		Aleksandar Trencjev		0173 8086554	
F		Ralf Legermann		0160 5375614	ralf.legermann@icloud.com
Minnis		Kerstin Blümke		0170 9177107	kerstin-bluemke@t-online.de
Spielgruppe		Filip Zunic		0176-22979599	fi.zunic@gmail.com
J-O		Martin Jörissen		0174 6147502	martin.ioerissen@djk-adler-koenigshof.de