



## Wintertrainingsplan 1. FC Magdeburg U23 Saison 2011/2012



Montag	02.01.	Urlaub	Montag	16.01.	Training	Montag	30.01.	Training
Dienstag	03.01.	indiv. Laufplan	Dienstag	17.01.	"Life im Herrenkrug"	Dienstag	31.01.	"Life im Herrenkrug"
Mittwoch	04.01.	frei	Mittwoch	18.01.	Training	Mittwoch	01.02.	Test (H) Ottersleben + U19 18:30Uhr
Donnerstag	05.01.	"Life im Herrenkrug"	Donnerstag	19.01.	"Life im Herrenkrug"	Donnerstag	02.02.	Training
Freitag	06.01.	"FIDES-Cup" Calbe 14:00Uhr	Freitag	20.01.	Training	Freitag	03.02.	Training
Samstag	07.01.	"SPK-Cup" Burg 16:00Uhr	Samstag	21.01.	Training	Samstag	04.02.	Training
Sonntag	08.01.	Trainingsfrei	Sonntag	22.01.	Trainingsfrei	Sonntag	05.02.	Test (A) Eintr. Braunschweig II 13:00Uhr
Montag	09.01.	indiv. Laufplan	Montag	23.01.	Training	Montag	06.02.	Training
Dienstag	10.01.	"Life im Herrenkrug"	Dienstag	24.01.	"Life im Herrenkrug"	Dienstag	07.02.	"Life im Herrenkrug"
Mittwoch	11.01.	indiv. Laufplan	Mittwoch	25.01.	Training	Mittwoch	08.02.	Training
Donnerstag	12.01.	"Life im Herrenkrug"	Donnerstag	26.01.	"Life im Herrenkrug"	Donnerstag	09.02.	Test (H) Barleben 18:30Uhr
Freitag	13.01.	indiv. Laufplan	Freitag	27.01.	Test (H) Helmstedt 19:00Uhr	Freitag	10.02.	Training
Samstag	14.01.	Trainingsfrei	Samstag	28.01.	Trainingsfrei	Samstag	11.02.	Test (H) Dessau 05 14:00Uhr
Sonntag	15.01.	indiv. Laufplan	Sonntag	29.01.	Trainingsfrei	Sonntag	12.02.	Training
Montag	13.02.	Trainingsfrei	Montag	27.02.	Trainingsfrei	Montag	12.03.	Trainingsfrei
Dienstag	14.02.	"Life im Herrenkrug"	Dienstag	28.02.	"Life im Herrenkrug"	Dienstag	13.03.	"Life im Herrenkrug"
Mittwoch	15.02.	Test (H) U19 17:30Uhr	Mittwoch	29.02.	Training	Mittwoch	14.03.	Training
Donnerstag	16.02.	Training	Donnerstag	01.03.	Training	Donnerstag	15.03.	Training
Freitag	17.02.	Training	Freitag	02.03.	Training	Freitag	16.03.	Training
Samstag	18.02.	Test (H) Aue U23 14:00Uhr	Samstag	03.03.	VL 17. ST (A) Stendal 14:00Uhr	Samstag	17.03.	VL 19. ST (A) Arnstedt 15:00Uhr
Sonntag	19.02.	Training	Sonntag	04.03.	Training	Sonntag	18.03.	Training
Montag	20.02.	Trainingsfrei	Montag	05.03.	Trainingsfrei	Montag	19.03.	Trainingsfrei
Dienstag	21.02.	"Life im Herrenkrug"	Dienstag	06.03.	"Life im Herrenkrug"	Dienstag	20.03.	"Life im Herrenkrug"
Mittwoch	22.02.	Training	Mittwoch	07.03.	Training	Mittwoch	21.03.	Training
Donnerstag	23.02.	Training	Donnerstag	08.03.	Training	Donnerstag	22.03.	Training
Freitag	24.02.	Training	Freitag	09.03.	Training	Freitag	23.03.	Training
Samstag	25.02.	VL 16. ST (H) Fortuna 14:00Uhr	Samstag	10.03.	VL 18. ST (H) Sangerhausen 14:00Uhr	Samstag	24.03.	VL 20. ST (A) Oschersleben 15:00Uhr
Sonntag	26.02.	Training	Sonntag	11.03.	Training	Sonntag	25.03.	Training

