

## Vorbereitungsplan FSG Runkel - Sommer - Saison 2018 /2019

Tag/Datum	Treffpunkt	Trainingsbeginn	Trainingsinhalte	Vorbereitungsgegner
<b>WOCHE 1</b>				
Montag den, 25.06.2018	F R E I	----		
Dienstag den, 26.06.2018	18:45 Uhr Sportplatz Hofen	19:00 - 20:45 Uhr	Grundlagenausdauer, Technik, Passspiel, Spielformen	
Mittwoch den, 27.06.2018	F R E I	----		
Donnerstag den, 28.06.2018	18:45 Uhr Sportplatz Hofen	19:00 - 20:45 Uhr	Grundlagenausdauer, Technik, Passspiel, Spielformen	
Freitag den, 29.06.2018	F R E I	----		
<b>Samstag den, 30.06.2018</b>	<b>14:00 Uhr Sportplatz Hofen</b>	<b>15:00 - 16:45 Uhr</b>	<b>Testspiel in Hofen (RP) - 2te Mannschaft</b>	<b>VfL Eschhofen 2 (Achtelfinale WM 16:00 Uhr)</b>
<b>Samstag den, 30.06.2018</b>	<b>16:00 Uhr Sportplatz Hofen</b>	<b>17:00 - 18:45 Uhr</b>	<b>Testspiel in Hofen (RP) - 1te Mannschaft</b>	<b>VfL Eschhofen 1 (Achtelfinale WM 20:00 Uhr)</b>
Sonntag den, 01.07.2018	F R E I	----		
<b>WOCHE 2</b>				
Montag den, 02.07.2018	18:45 Uhr Sportplatz Hofen	19:00 - 20:45 Uhr	Grundlagenausdauer, Technik, Passspiel, Individual-Gruppentaktik, Spielformen	
Dienstag den, 03.07.2018	F R E I	----		
Mittwoch den, 04.07.2018	18:45 Uhr Sportplatz Hofen	19:00 - 20:45 Uhr	Grundlagenausdauer, Technik, Passspiel, Individual-Gruppentaktik, Spielformen	
Donnerstag den, 05.07.2018	F R E I	----		
<b>Freitag den, 06.07.2018</b>	<b>18:30 Uhr Sportplatz Aumenau</b>	<b>19:30 - 21:15 Uhr</b>	<b>Testspiel in Aumenau (KR) 1. Mannschaft</b>	<b>SG Villmar/Aumenau 1 (Achtelfinale)</b>
Freitag den, 06.07.2018	18:45 Uhr Sportplatz Hofen	19:00 - 20:45 Uhr	Grundlagenausdauer, Technik, Passspiel, Gruppen-Mannschaftstaktik, Spielformen	
Samstag den, 07.07.2018	16:45 Uhr Sportplatz Hofen	17:00 - 18:45 Uhr	Grundlagenausdauer, Technik, Passspiel, Gruppen-Mannschaftstaktik, Spielformen	<b>Mannschaftsabend (Grillen)</b>
Sonntag den, 08.07.2018	F R E I	----		
<b>WOCHE 3</b>				
Montag den, 09.07.2018	18:45 Uhr Sportplatz Hofen	19:00 - 20:45 Uhr	Fussballspezifische Ausdauer, Gruppen-Mannschaftstaktik, Spieleröffnung Kette, Spielformen	
<b>Dienstag den, 10.07.2018</b>	<b>18:30 Uhr Sportplatz Aumenau</b>	<b>19:30 - 21:15 Uhr</b>	<b>Testspiel in Aumenau (KR) 2. Mannschaft</b>	<b>SG Villmar/Aumenau 2 (Halbfinale)</b>
Dienstag den, 10.07.2018	18:45 Uhr Sportplatz Hofen	19:00 - 20:45 Uhr	Fussballspezifische Ausdauer, Gruppen-Mannschaftstaktik, Spieleröffnung Kette, Spielformen	
Mittwoch den, 11.07.2018	F R E I	----		
<b>Donnerstag den, 12.07.2018</b>	<b>17:30 Uhr Sportplatz Kirchhofen</b>	<b>18:30 - 20:15 Uhr</b>	<b>Testspiel in Kirchhofen (RP) 1. Mannschaft</b>	<b>SG Oberlahn 1</b>
Donnerstag den, 12.07.2018	18:45 Uhr Sportplatz Hofen	19:00 - 20:45 Uhr	Fussballspezifische Ausdauer, Gruppen-Mannschaftstaktik, Spieleröffnung Kette, Spielformen	
Freitag den, 13.07.2018	18:45 Uhr Sportplatz Hofen	19:00 - 20:45 Uhr	Fussballspezifische Ausdauer, Gruppen-Mannschaftstaktik, Spieleröffnung Kette, Spielformen	
Samstag den, 14.07.2018	F R E I	----		<b>Altstadtfest 2018 in Runkel / Spiel Platz 3 WM 16:00 Uhr</b>
Sonntag den, 15.07.2018	F R E I	----		<b>Altstadtfest 2018 in Runkel / Finale WM 17:00 Uhr</b>
<b>WOCHE 4</b>				
Montag den, 16.07.2018	18:45 Uhr Sportplatz Hofen	19:00 - 20:45 Uhr	Fussballspezifische Ausdauer, Gruppen-Mannschaftstaktik, Aufbau Kette & Mittelfeld	
Dienstag den, 17.07.2018	F R E I	----		
Mittwoch den, 18.07.2018	18:45 Uhr Sportplatz Hofen	19:00 - 20:45 Uhr	Fussballspezifische Ausdauer, Gruppen-Mannschaftstaktik, Aufbau Kette & Mittelfeld	
Donnerstag den, 19.07.2018	F R E I	----		
Freitag den, 20.07.2018	F R E I	----		
<b>Samstag den 21.07.2018</b>	<b>Sportplatz Hofen</b>	<b>???</b> Uhr	<b>Vorrunde - Stadtmeisterschaft in Hofen (RP) - 2x25 Min</b>	<b>Stafmeisterschaft 2018</b>
<b>Samstag den, 21.07.2018</b>	<b>Sportplatz Hofen</b>	<b>???</b> Uhr	<b>Vorrunde - Stadtmeisterschaft in Hofen (RP) - 2x25 Min</b>	<b>Stafmeisterschaft 2018</b>
<b>Sonntag den, 22.07.2018</b>	<b>Sportplatz Hofen</b>	<b>???</b> Uhr	<b>Finalspiele - Stadtmeisterschaft in Hofen (RP) - 2x35 Min</b>	<b>Stafmeisterschaft 2018</b>
<b>Sonntag den, 22.07.2018</b>	<b>Sportplatz Hofen</b>	<b>???</b> Uhr	<b>Finalspiele - Stadtmeisterschaft in Hofen (RP) - 2x35 Min</b>	<b>Stafmeisterschaft 2018</b>
<b>WOCHE 5</b>				
Montag den, 23.07.2018	F R E I	----		
Dienstag den, 24.07.2018	Sportplatz Hofen	19:00 - 20:45 Uhr	Fussballspezifische Ausdauer, Gruppen-Mannschaftstaktik, Spielaufbau	
<b>Mittwoch den, 25.07.2018</b>	<b>18:30 Uhr Sportplatz Hofen</b>	<b>19:30 - 21:15 Uhr</b>	<b>Testspiel in Hofen (RP) - 1. Mannschaft</b>	<b>SV Erbach II</b>
Mittwoch den, 25.07.2018	18:45 Uhr Sportplatz Hofen	19:00 - 20:45 Uhr	Fussballspezifische Ausdauer, Technik, Passspiel, Spielformen, Taktik	
Donnerstag den, 26.07.2018	F R E I	----		
<b>Freitag den, 27.07.2018</b>	<b>18:30 Uhr Sportplatz Offheim</b>	<b>19:30 - 21:15 Uhr</b>	<b>Testspiel in Offheim (RP) - 2. Mannschaft</b>	<b>SC Offheim II</b>
Freitag den, 27.07.2018	18:45 Uhr Sportplatz Hofen	19:00 - 20:45 Uhr	Fussballspezifische Ausdauer, Technik, Passspiel, Spielformen, Taktik	
Samstag den, 28.07.2018	F R E I	----		
<b>Sonntag den, 29.07.2018</b>	<b>POKALRUNDE</b>	<b>???</b> Uhr	<b>Pokalspiele 1. &amp; 2. Mannschaft</b>	<b>Pokal / Mannschaftsbild ???</b>
<b>WOCHE 6</b>				
Montag den, 30.07.2018	F R E I	----		
Dienstag den, 31.07.2018	Sportplatz Hofen	19:00 - 20:45 Uhr	Fussballspezifische Ausdauer, Technik, Passspiel, Spielformen, Taktik	
Mittwoch den, 01.08.2018	F R E I	----		
Donnerstag den, 02.08.2018	Sportplatz Hofen	19:00 - 20:45 Uhr	Fussballspezifische Ausdauer, Technik, Passspiel, Spielformen, Taktik	<b>Spielerisierung für alle (Anwesenheit Pflicht)</b>
Freitag den, 03.08.2018	F R E I	----		
Samstag den, 04.08.2018	F R E I	----		
<b>Sonntag den, 05.08.2018</b>	<b>12:00 Uhr Sportplatz Hofen</b>	<b>13:00 - 14:45 Uhr</b>	<b>2te Mannschaft - Saisonbeginn - 1. Spieltag</b>	<b>Saisonbeginn</b>
<b>Sonntag den, 05.08.2018</b>	<b>14:00 Uhr Sportplatz Hofen</b>	<b>15:00 - 16:45 Uhr</b>	<b>1te Mannschaft - Saisonbeginn - 1. Spieltag</b>	<b>Saisonbeginn</b>

**ZU BEACHTEN: Laufschuhe sind bei jeder Trainingseinheit mitzubringen !!!**

Trainer: Marcus Schnitzspahn, Mobil: 0178 - 4984085

SPA: Michael Kahlig, Mobil: 0152 - 02339400, Jörg Stahl, Mobil: 0157 - 39331390

KR = Kunstrasenplatz, RP = Rasenplatz, HP = Hartplatz.