

VfB Burbach 1907/20 e.V.

Hinrunden Vorbereitung der 2. Mannschaft des VfB Burbach 1907/20 e.V. Saison 2021/2022

	Tag	Datum	Trainingsinhalte	Uhrzeit
	Sonntag	25.07.2021	Trainingsauftakt oder Fr.-Spiel	13:00
Woche 1	Dienstag	27.07.2021	Waldlauf große Runde, Eckchen und Spiel	19:00
	Mittwoch	28.07.2021	Shuttle-Run-oder Lauf Test und Spiel	19:00
	Freitag	30.07.2021	Waldlauf große Runde andersrum und auslaufen	19:00
	Sonntag	01.08.2021	Fr.-Spiel VfB Burbach II gegen Gurbetspor Burbach I	15:00
Woche 2	Dienstag	03.08.2021	Waldlauf ,auflockern und auslaufen/Spiel	19:00
	Mittwoch	04.08.2021	warmlaufen, Hoff-Test, und Spiel	19:00
	Freitag	06.08.2021	warmlaufen,8 gegen 4, 6 gegen 3, 4 gegen 2, und Spiel	19:00
	Sonntag	08.08.2021	Fr.-Spiel, TSV Siegen II gegen VfB Burbach II	12:30
Woche 3	Dienstag	10.08.2021	Training	19:00
	Mittwoch	11.08.2021	Shuttle-Run oder Lauf Test Wiederholung und Spiel	19:00
	Freitag	13.08.2021	Training	19:00
	Sonntag	15.08.2021	Fr.-Spiel, VfB Burbach II gegen FC Freier Grund IIII	13:00
Woche 4	Dienstag	17.08.2021	Training	19:00
	Mittwoch	18.08.2021	Training	19:00
	Freitag	20.08.2021	Training	19:00
	Sonntag	22.08.2021	Fr.-Spiel VfB Burbach II gegen VfB Weidenau I	13:00/15:00
Woche 5	Dienstag	24.08.2021	Training	19:00
	Freitag	27.08.2021	letztes Training vor dem ersten M.-Spiel	19:00
	Sonntag	29.08.2021	1. MEISTERSCHAFTSSPIEL der Saison 2021 / 2022	13:00 / 15:00

Trainer Uli Reinhardt

Tel.02736/8813 pr.
Tel.02771/302-6952 di.

Hallo Jungs, um unsere Ziele

realisieren zu können, bitte die vorgegebenen
Wochen hart mitarbeiten.

Vor allen Dingen sich als eine Einheit präsentieren.

Es kann evtl. das eine oder andere Spiel noch hinzu kommen.

PS.: 1) Änderungen vorbehalten 2) immer Lafschuhe mitbringen

Nach jedem Training 5 Min. auslaufen

**AUF EINE GUTE UND ERFOLGREICHE
ZUSAMMENARBEIT !!! EUER TRAINER**

Die Trainingseinheiten sind sonst während der Saison:

dienstags	um	19:00 - 20:30 Uhr
freitags	um	19:00 - 20:30 Uhr