

TRAININGSPLAN PSG Lyss ab Ende Juli 25

Zeit	Montag				Dienstag		Mittwoch			Donnerstag				Freitag		Zeit
	NESPOLY		Grien	Kraft	NESPOLY		NESPOLY	Biel	Kraft	NESPOLY	Grien	Biel	Kraft	NESPOLY	BIEL	
15.15																15.15
15.30																15.30
15.45																15.45
16.00	U11															16.00
16.15																16.15
16.30					U13		U9	U14								16.30
16.45																16.45
17.00		U14														17.00
0.15																0.15
0.30	U16									U16		U13				0.30
0.45																0.45
18.00					U17		F1	U15					U17			18.00
0.15																0.15
0.30		U18									Poly D					0.30
0.45																0.45
19.00																19.00
0.15																0.15
0.30										M3				U15	U19	0.30
0.45																0.45
20.00	F1															20.00
0.15																0.15
0.30																0.30
0.45																0.45
21.00																21.00
0.15																0.15
0.30																0.30
0.45																0.45
22.00																22.00
0.15																0.15
0.30																0.30
0.45																0.45
23.00																23.00

Animation

U14
U16
U18

U13
U15
U17
U19

Damen 1
Damen 2

Herren 1
Herren 2
Herren 3
Herren 5

Herren 4
Poly D
Poly H