



Trainingsplan UHCWR

7. Mai 2018 - 18. Mai 2019

Erklärungen der verwendeten Symbole	AW	Meisterschaftsrunde Auswärts	Home	Meisterschafts-Heimrunde im Wisacher
	T	Training		
	F	Fitness in Urdorf	K	Kondition

		H1	H2	H3	H4	H5	H6	Vet	JA	JB	JC	JD1	JD2	JE1	JE2	JF	Start
		1. L. Gr. 2	5. L. Gr. 8	4. L. Gr.12	4. L. Gr.11	5. L. Gr. 7	5. L. Gr.11		Gr. 4	Gr. 8	Gr.11	Gr. 16	Gr. 17	Gr.18	Gr.19		
Mo	07.05.2018		T	T													
Di	08.05.2018	T	K		T			T									
Mi	09.05.2018			T													
Do	10.05.2018																
Fr	11.05.2018																
Sa	12.05.2018																
So	13.05.2018																
Trainingsstart Junioren ab 14.05.18																	
Mo	14.05.2018		T	T					T		T	T	T	T			
Di	15.05.2018	T	K		T			T		T	K				T		T
Mi	16.05.2018			T					T			T					
Do	17.05.2018	T	T			T	T		F	T	T		T			T	
Fr	18.05.2018																
Sa	19.05.2018																
So	20.05.2018																
Mo	21.05.2018																
Di	22.05.2018	T	K		T			T		T	K				T		T
Mi	23.05.2018			T					T			T					
Do	24.05.2018	T	T			T	T		F	T	T		T			T	
Fr	25.05.2018																
Sa	26.05.2018																
So	27.05.2018																
Mo	28.05.2018		T	T					T		T	T	T	T			
Di	29.05.2018	T	K		T			T		T	K				T		T
Mi	30.05.2018			T					T			T					
Do	31.05.2018	T	T			T	T		F	T	T		T			T	
Fr	01.06.2018																
Sa	02.06.2018																
So	03.06.2018																
Mo	04.06.2018		T	T					T		T	T	T	T			
Di	05.06.2018	T	K		T			T		T	K				T		T
Mi	06.06.2018			T					T			T					
Do	07.06.2018	T	T			T	T		F	T	T		T			T	
Fr	08.06.2018																
Sa	09.06.2018																
So	10.06.2018																
Mo	11.06.2018		T	T					T		T	T	T	T			
Di	12.06.2018	T	K		T			T		T	K				T		T
Mi	13.06.2018			T					T			T					
Do	14.06.2018	T	T			T	T		F	T	T		T			T	
Fr	15.06.2018																
Sa	16.06.2018																
So	17.06.2018																
Mo	18.06.2018		T	T					T		T	T	T	T			
Di	19.06.2018	T	K		T			T		T	K				T		T
Mi	20.06.2018			T					T			T					

Erklärungen der verwendeten Symbole	AW	Meisterschaftsrunde Auswärts	Home	Meisterschafts-Heimrunde im Wisacher
	T	Training		
	F	Fitness in Urdorf	K	Kondition

		H1	H2	H3	H4	H5	H6	Vet	JA	JB	JC	JD1	JD2	JE1	JE2	JF	Start	
		1. L. Gr. 2	5. L. Gr. 8	4. L. Gr.12	4. L. Gr.11	5. L. Gr. 7	5. L. Gr.11		Gr. 4	Gr. 8	Gr.11	Gr. 16	Gr. 17	Gr.18	Gr.19			
Do	09.08.2018	T	T							T								
Fr	10.08.2018																	
Sa	11.08.2018																	
So	12.08.2018																	
Mo	13.08.2018			T					T			Sommertraining						
Di	14.08.2018		K ?															
Mi	15.08.2018			T														
Do	16.08.2018	T	T							T				T				
Fr	17.08.2018																	
Sa	18.08.2018																	
So	19.08.2018																	
Mo	20.08.2018		T	T					T		T	T	T	T				
Di	21.08.2018	T	K		T			T		T	K				T		T	
Mi	22.08.2018			T					T			T						
Do	23.08.2018	Bauer Sport Event Wisacher (20:00 - 21:00)					Bauer Sport Event Wisacher (18:30 - 20:00)											
Fr	24.08.2018								Trainings-weekend Widnau									
Sa	25.08.2018																	
So	26.08.2018																	
Mo	27.08.2018		T	T					T		T	T	T	T				
Di	28.08.2018	T	K		T			T		T	K				T		T	
Mi	29.08.2018			T					T			T						
Do	30.08.2018	T	T			T	T		F	T	T		T			T		
Fr	31.08.2018																	
Sa	01.09.2018											Trainingsweekend Regensdorf						
So	02.09.2018																	
Mo	03.09.2018		T	T					X		T	T	T	T				
Di	04.09.2018	T	K		T			T		T	K				T		T	
Mi	05.09.2018			T					T			T						
Do	06.09.2018	T	T			T	T		F	T	T		T			T		
Fr	07.09.2018																	
Sa	08.09.2018											Supercup						
So	09.09.2018																	
Mo	10.09.2018	Knabe	X	T					X		T	X	T	X				
Di	11.09.2018	T	K		T			T		T	K				T		T	
Mi	12.09.2018			T					T			T						
Do	13.09.2018	T	T			T	T		F	T	T		T			T		
Fr	14.09.2018																	
Sa	15.09.2018										AW			AW				
So	16.09.2018					AW									AW			
Mo	17.09.2018		T	T					T		T	T	T	T				
Di	18.09.2018	T	K		T			T		T	K				T		T	
Mi	19.09.2018			T					T			T						
Do	20.09.2018	T	T			T	T		F	T	T		T			T		
Fr	21.09.2018																	
Sa	22.09.2018											AW		AW				
So	23.09.2018								AW	AW								
Mo	24.09.2018		T	T					T		T	T	T	T				
Di	25.09.2018	T	K		T			T		T	K				T		T	
Mi	26.09.2018			T					T			T						

Erklärungen der verwendeten Symbole	AW	Meisterschaftsrunde Auswärts	Home	Meisterschafts-Heimrunde im Wisacher
	T	Training		
	F	Fitness in Urdorf	K	Kondition

		H1	H2	H3	H4	H5	H6	Vet	JA	JB	JC	JD1	JD2	JE1	JE2	JF	Start	
		1. L. Gr. 2	5. L. Gr. 8	4. L. Gr.12	4. L. Gr.11	5. L. Gr. 7	5. L. Gr.11		Gr. 4	Gr. 8	Gr.11	Gr. 16	Gr. 17	Gr.18	Gr.19			
Do	27.09.2018	T	T			T	T		F	T	T		T			T		
Fr	28.09.2018																	
Sa	29.09.2018	TH-Training 1100 - 1300 - Wisacher																
So	30.09.2018	AW	AW	AW	AW		AW						AW					
Mo	01.10.2018		T	X					T		T	T	T	T				
Di	02.10.2018	T	K		T			T		T	K				T		T	
Mi	03.10.2018			T					T			T						
Do	04.10.2018	T	T			T	T		F	T	T		T			T		
Fr	05.10.2018																	
Sa	06.10.2018	Herbstferien																
So	07.10.2018						AW											
Mo	08.10.2018				T?				T									
Di	09.10.2018		T?	K?														
Mi	10.10.2018				T?				T?									
Do	11.10.2018		T	T				T?		K?	T							
Fr	12.10.2018																	
Sa	13.10.2018																	
So	14.10.2018		Home															
Mo	15.10.2018				T?				T									
Di	16.10.2018		T?	K?														
Mi	17.10.2018				T?				T?									
Do	18.10.2018		T	T				T?		K?	T	Rägi Camp 2018 Unihockeytag						
Fr	19.10.2018																	
Sa	20.10.2018	TH-Training 0930 - 1030 - Wisacher																
So	21.10.2018		AW		Home													
Mo	22.10.2018		T	T					X		T	T	T	T				
Di	23.10.2018	T	K		T			T		T	K				T		T	
Mi	24.10.2018			T					T			T						
Do	25.10.2018	T	T			T	T		F	T	T		T			T		
Fr	26.10.2018																	
Sa	27.10.2018																	
So	28.10.2018			AW					AW									
Mo	29.10.2018		T	T					X		T	T	T	T				
Di	30.10.2018	T	K		T			T		T	K				T		T	
Mi	31.10.2018			T					T			T						
Do	01.11.2018	T	T			T	T		F	T	T		T			T		
Fr	02.11.2018																	
Sa	03.11.2018										AW	AW	AW		AW			
So	04.11.2018	AW			AW	AW	AW			AW								
Mo	05.11.2018		T	T					T		T	T	T	T				
Di	06.11.2018	T	K		T			T		T	K				T		T	
Mi	07.11.2018			T					T			T						
Do	08.11.2018	T	T			T	T		F	T	T		T			T		
Fr	09.11.2018																	
Sa	10.11.2018	TH-Training 0930 - 1030 - ??? (Wisi nicht möglich)																
So	11.11.2018		AW	AW					AW									
Mo	12.11.2018		T	T					T		T	T	T	T				
Di	13.11.2018	T	K		T			T		T	K				T		T	
Mi	14.11.2018			T					T			T						

Erklärungen der verwendeten Symbole	AW	Meisterschaftsrunde Auswärts	Home	Meisterschafts-Heimrunde im Wisacher
	T	Training		
	F	Fitness in Urdorf	K	Kondition

		H1	H2	H3	H4	H5	H6	Vet	JA	JB	JC	JD1	JD2	JE1	JE2	JF	Start	
		1. L. Gr. 2	5. L. Gr. 8	4. L. Gr.12	4. L. Gr.11	5. L. Gr. 7	5. L. Gr.11		Gr. 4	Gr. 8	Gr.11	Gr. 16	Gr. 17	Gr.18	Gr.19			
Mo	04.03.2019		T	T					T									
Di	05.03.2019		T	K														
Mi	06.03.2019			T					T?									
Do	07.03.2019		T	T			T?		F?	T								
Fr	08.03.2019																	
Sa	09.03.2019																	
So	10.03.2019		POVF1				AW		AW	AW								
Mo	11.03.2019			T	T				T		T	T	T	T				
Di	12.03.2019		T	K		T		T		T	K				T		T	
Mi	13.03.2019			T					T			T						
Do	14.03.2019		T	T			T	T	F	T	T		T			T		
Fr	15.03.2019																	
Sa	16.03.2019		POVF2/3								AW	AW						
So	17.03.2019		PO1	Home										AW	AW			
Mo	18.03.2019			T	T				T		T	T	T	T				
Di	19.03.2019		T	K		T		T		T	K				T		T	
Mi	20.03.2019			T					T			T						
Do	21.03.2019		T	T			T	T	F	T	T		T			T		
Fr	22.03.2019																	
Sa	23.03.2019		PO2															
So	24.03.2019		PO3		AW	AW			AW				AW					
Mo	25.03.2019			T	T				T		T	T	T	T				
Di	26.03.2019		T	K		T		T		T	K				T		T	
Mi	27.03.2019			T					T			T						
Do	28.03.2019		T	T			T	T	F	T	T		T			T		
Fr	29.03.2019																	
Sa	30.03.2019										Home							
So	31.03.2019					AW				Home		AW		Home				
Mo	01.04.2019			T	T				T		T	T	T	T				
Di	02.04.2019		T	K		T		T		T	K				T		T	
Mi	03.04.2019			T					T			T						
Do	04.04.2019		T	T			T	T	F	T	T		T			T		
Fr	05.04.2019																	
Sa	06.04.2019																	
So	07.04.2019						AW											
Mo	08.04.2019	Sechs		X	T				T		T	T	X	X				
Di	09.04.2019		T	K		T		T		T	K				T		T	
Mi	10.04.2019			T					T			T						
Do	11.04.2019		T	T			T	T	F	T	T		T			T		
Fr	12.04.2019																	
Sa	13.04.2019								Finalrunde Jun. (Wisacher res.)									
So	14.04.2019			AW	AW													
Mo	15.04.2019			T	T				T		T	T	T	T				
Di	16.04.2019		T	K		T		T		T	K				T		T	
Mi	17.04.2019			T					T			T						
Do	18.04.2019		T	T			T	T	F	T	T		T			T		
			19. April - 5. Mai - Ostern & Frühlingsferien															
Sa	18.05.2019		SAT14															

