

Hallensaison 2019/20: Trainingszeiten

Oktober 2019 – März 2020, Stadthalle und Giroud-Olma-Hallen, Olten



Start	Montag Stadthalle				Mittwoch Stadthalle				Freitag Giroud	
	Halle 1	Halle 2	Halle 3	K.Raum/etc.	Feld Süd 1-3		Feld Nord 1-3	K.Raum/etc.	Halle 4	K.Raum/etc.
17:00	Aufstellen 17.00h	Aufstellen 17.00h	Aufstellen 17.00h		Aufstellen	Aufstellen	Aufstellen			
17:15	U15 / U12 17.15-18.45				U8 / S.Sport	U10	U12	Goalietraining ab 18.00h ff		
17:30					17.15-18.15	17.15-18.45	17.15-18.45			
17:45					Halle 1	Halle 2	Halle 3			
18:00					Umbau	Umbau	Umbau			
18:15					U10		U12			
18:30	U15	Abräumen	Abräumen		U15		U15	Fit 18.45-21.00 Kraftraum	U18	
18:45	18.30-20.15			18.00 Warm-up 18.45-20.15		18.45-20.00			18.45-20.15	
19:00		(Faustball)	(Badminton)					Warm-up Da1/He1 19.45-20.15		
19:15										
19:30										
19:45										
20:00							U18			
20:15	Da1	(Badminton)	(Badminton)		Da1/2	He1/2	19.30 Warm-up 20.00-21.30		He1	
20:30	19.45 Warm-up				20.15-21.30	20.15-21.30			20.15-21.45	
20:45	20.15-21.45									
21:00										
21:15										
21:30										
21:45	Abräumen				Da1/2		He1/2		Abräumen	
22:00	Garderobe verlassen				21.30-22.30		21.30-22.30			
22:15										
22:30					Abräumen		Abräumen		Garderobe verlassen	
22:45										
23:00					Garderobe verlassen		Garderobe verlassen			

Stand 14.10.2019

Schulsport: Nicole Feller
U8: Sarah Burri, Didi Hoxhaj, Nina Buri
U10: Eric Ladner, Jasper Härtsch
U12: Mathias Eugster, Lea Kim
U15: Hebi Grütter, Marcus Ventar, René Buri

U18: Reto Muggli
Da1/2: Marcus Ventar
He1/2: Nathaniel Joy
Goalietraining: Martin Roth, Christoph Zehnder, auf Anfrage Trainer
Senioren/Elternhockey: Fitnesstraining, je nach Bedarf