

# ZLHV

Zürcher Landhockey-Vereinigung

## Hallenhockey Trainingsplan für den Winter 2009/10

Teams	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
GC/RS Senioren			KS Oerlikon 18:00-2000				
GC/RS JA/B	mit H1, H2, oder H3 von GC/RS				mit H1, H2, oder H3 von GC/RS		
RS H1 + JA (1. Liga)		Uto klein 20:30 – 22:00				Uto gross 11.30 – 13:00	
RS H2 (3. Liga)	Uto klein 20:00 – 22:00					Uto klein 11:30 – 13:00	
RS D1 (NLB)				Hirschengraben 20.00 – 21.45		Uto gross 10:00 – 11:30	
RS JB						Uto gross / Uto klein 11.30 – 13:00	
RS JC		Buchlern 1 17.45 – 19.00		Buchlern 17:45 – 19:00		Uto gross 08:30 – 10:00	
RS JD		Buchlern 2 17.45 – 19.00				Uto gross 08:30 – 10:00	
RS JE		Buchlern 2 17.45 – 19.00				Uto klein 08.30 – 10.00	
TW/Reserve					KS Oerlikon 20:00 – 21:45	Uto klein 10:00 – 11:30	
Elternhockey						Uto klein 08.30 – 10.00	