



Trainingsplan Saison 2026/2027 Vorrunde

MONTAG							17.30 - 18.50 Uhr	18.50 - 20.10	20.15 - 21.45 Uhr
Platz 2a Clubhaus								C/b	Sen 30+
Platz 2b Weiher								C/b	Sen 30+
Platz 2c Hang Gärten							D9/a	FF-17	Senioren 40+
Platz 2d Hang Grus							D9/a	FF-17	Senioren 40+
Grusplatz									Reserve / Ausweichplatz
Platz 1 / Seite Bahn									
Platz 1 / Seite Parkplatz									
Schulhaus Ruopigen								C/a 18.30 - 20.00	

DIENSTAG							17.30 - 18.50 Uhr	18.50 - 20.10	20.15 - 21.45
Platz 2a Clubhaus							E-Pool	D9/b	B/a
Platz 2b Weiher							E-Pool	D9/c	B/a
Platz 2c Hang Gärten							D7/a	C/a	Littau II
Platz 2d Hang Grus							D7/b	C/a	Littau II
Grusplatz									Reserve / Ausweichplatz
Platz 1 / Seite Bahn								Littau I	
Platz 1 / Seite Parkplatz							Goalietraining 11er Fussball	Littau I	
Schulhaus Ruopigen									

MITTWOCH							16.00 - 17.30 Uhr	17.30 - 18.50 Uhr	18.50 - 20.10	20.15 - 21.45
Platz 2a Clubhaus								E/d	C/b	RESERVIERT Cupspiele /
Platz 2b Weiher								G-Junioren und F-Pool	C/b	Nachholspiele Meisterschaft
Platz 2c Hang Gärten								G-Junioren und F-Pool	FF-17	RESERVIERT Cupspiele /
Platz 2d Hang Grus								G-Junioren und F-Pool	FF-17	Nachholspiele Meisterschaft
Grusplatz										Reserve / Ausweichplatz
Platz 1 / Seite Bahn								RESERVIERT Cupspiele /	Senioren U 80	RESERVIERT Cupspiele /
Platz 1 / Seite Parkplatz								Nachholspiele Meisterschaft	Senioren U 80	Nachholspiele Meisterschaft
Schulhaus Ruopigen										

DONNERSTAG							17.30 - 18.50 Uhr	18.50 - 20.10	20.15 - 21.45
Platz 2a Clubhaus							E-Pool	C/a	B/a
Platz 2b Weiher							E-Pool	C/a	B/a
Platz 2c Hang Gärten							D7/a	D9/a	Littau II
Platz 2d Hang Grus							D7/b	D9/a	Littau II
Grusplatz									Reserve / Ausweichplatz
Platz 1 / Seite Bahn								Littau I	
Platz 1 / Seite Parkplatz								Littau I	
Schulhaus Ruopigen								D9/c 18.30 bis 20.00 Uhr	
Schulhaus Ruopigen								D9/b 18.30 bis 20.00 Uhr	

FREITAG							17.30 - 18.50 Uhr	19.15 - 21.45 Uhr
Platz 2a Clubhaus							18.00 - 19.15 Uhr: Goalietraining 9er	
Platz 2b Weiher							E/d	
Platz 2c Hang Gärten							F-Pool	
Platz 2d Hang Grus							F-Pool	
Grusplatz								
Platz 1 / Seite Bahn								
Platz 1 / Seite Parkplatz								
Schulhaus Ruopigen								

Dieser Plan gilt als Grundeinteilung - die konkreten Platzteilungen werden je nach Situationen angepasst (insb. bei schlechtem Wetter). Es gilt IMMER, was vor Ort auf dem Screen publiziert wird. ->Der Grusplatz ist als Alternative zu benutzen <-

INFOS zum Trainingsplan

1. Trainingszeiten-Übergang an DI, MI und DO ist um 1850 Uhr!
2. Ruopigen 2 darf nur mit Nockenschuhen oder "Tausendfüßler" betreten werden.
3. Der zugeteilte Platz DARF NUR IN ABSPRACHE MIT DEM SPIKO getauscht werden und muss pünktlich verlassen werden.
4. Testspiele sind nur an Samstagen oder Sonntagen und in Absprache mit Spiko möglich (ausgenommen 1. Mannschaft).

Prioritätenliste Training:
1. Prio: Aktiv 1*; Junioren
1.St.KL.;
2. Prio: Aktiv 2; Pool-Trainings
3. Prio: alle anderen
Mannschaften

Version_1_26/27_

Stand : 29.06.2026