

# Trainingsplan Nottuln Sommer 2019

Montag (Nico)	Montag	Dienstag (Nico)	Dienstag	Mittwoch (Nico)	Mittwoch	Donnerstag	Freitag (Nico)	Freitag
<b>14.00 - 15.00</b> Katja Heike	<b>16.00 - 17.00</b> Luke	<b>14.00 - 15.00</b> Jannis Helmig Milo Gravermann Felix Lepolt		<b>14.00 - 15.00</b> Pepe Jansen Julius Thier Matheo von Horn	<b>14.00 - 15.00</b> Johanna Thier Leni Dunkel Steinhoff Josefine Wewers		<b>14.30 - 15.45</b> Henri Tausch Philip Gertz Max Siepmann Niko Pöter Constantin Göbel	
<b>15.00 - 16.00</b> Leo Aversch Ramon Asrawi Jelle Fricke Lars Dreimüller	<b>17.00 - 18.00</b> Mila Stein Sophie Block Sofi Strangfeld Louisa Weinowski	<b>15.00 - 16.00</b> Justus Ebeler Luke Bültemeier Luis Hüntemann		<b>15.00 - 16.00</b> Noah von Horn Max Kuttig Luan Stein Fritz von Stillfried	<b>15.00 - 16.00</b> Tom Löffert Jona Köchling Felix Röver		<b>15.30 - 16.30</b> Katla Verena Steffi	
<b>16.00 - 17.00</b> Hannes Dondrup Jan Kruse Christoph Sobotta Mads Fricke	<b>18.00 - 19.00</b> Manu Meggi Jenni Dani	<b>16.00 - 17.00</b> Kahtarina Maas Hellen Schneider Marla Kurtuma Sophia Georgiew		<b>16.00 - 17.00</b> Anna Perick Ingrid Bramkamp Jan Dreimüller Ben Düpmann	<b>16.00 - 17.00</b> Hannah Eikam Clara Schürmann Viktoria Schürmann	<b>16.00 - 17.00</b> Luan Stein Max Hakenbeck Noah v Horn	<b>16.30 - 17.30</b> Verena Heike	
<b>17.00 - 18.00</b> Carmen Jürgen Claudia	<b>19.00 - 20.00</b> Sanja Sarah Kathrin Bianca Kristina	<b>17.00 - 18.00</b> Charlotte Kruse Antonie Irmer Leni Falkenau		<b>17.00 - 18.00</b> Leo Mühlenhoff Tobias Becker Eike Janning Sebastian Splitthoff	<b>17.00 - 18.00</b> Ben Birkemeier Carlo Bückmann Adrian Georgiew	<b>17.00 - 18.00</b> Anna Kaulfuß Sohia Hanning	<b>17.30 - 18.30</b> Tabea Kathi Vanessa Franzis	
<b>18.00 - 19.00</b> Herren 1	<b>20.00 - 21.00</b> Christian Krystian Christian	<b>18.00 - 19.00</b> Jacklyn Nathalie Luisa Doro		<b>18.00 - 19.00</b> U 18	<b>18.00 - 19.00</b> Esther Claudia	<b>18.00 - 19.00</b> Sonja Ina	<b>18.30 - 19.30</b> Luke Bültemeier Luca Aversch Ole Haarhuis	<b>18.30 - 19.30</b> Lotte Gravermann Greta Scharlau Finja Helmig Faith Asemota
	<b>16.00 - 17.00</b> Sarah Schwarz Kathi Ender Lara Loick Alexandra Filipüova	<b>19.00 - 20.00</b> Lisa Mühle Vanessa Meli	<b>19.00 - 20.00</b> Mats Huesmann Finn Rensing Luis Lacombe	<b>19.00 - 20.00</b> Steffi Katja Assi Anke		<b>19.00 - 20.00</b> Andrea Melanie Sabrina Lena	<b>19.30 - 20.30</b> Max Felix Luca Finn Julian	
	<b>17.00 - 18.00</b> Sven Wienstroer Malte Dietz Mats Huesmann Finn Rensing	<b>20.00 - 21.00</b> Ulf Scott Mathias Guido Sven	<b>20.00 - 21.00</b> Ilse Katja Katja Rita	<b>20.00 - 21.00</b> Guido Bernd Tim Jan		<b>20.00 - 21.00</b> Änni Schneider Pia Büttner Anna Ahlers Viktor Jagdt Jason Rickert		
	<b>18.00 - 19.00</b> Kathi Vanessa Elisa Tabea							