

**+++ Wichtig +++ Wichtig +++ Wichtig +++**

Bitte vor der ersten Trainingseinheit nochmals den Termin überprüfen!  
Das Training beginnt am 02.10.2017.

Bisher konnten wir noch nicht alle Anmeldungen unterbringen. Wir werden versuchen, dass wir bis kommenden Dienstag die Einteilung beendet haben.

Wir sind bemüht allen Wünschen entgegenzukommen...

Bei Terminproblemen bitte umgehend bei uns melden:  
Email: [ar.tennis@t-online.de](mailto:ar.tennis@t-online.de)

Sportliche Grüße  
A & R Tennis

# Trainingsplan Winter 2017/ 18

## André Jethon

Montag	Mittwoch	Freitag
<b>14.15 - 15.15 Bambini</b>	<b>14.30 - 15.30</b>	<b>14.15 - 15.00</b>
F. Quast L. Tekcan J. Fleermann L. Friedrich	M. Burgsmüller J. Burgsmüller E. Burnic P. Kohls	F. Marks S. Nagler B. Braun
<b>15.30 - 16.30</b>	<b>15.30 - 16.15</b>	<b>15.00 - 16.00</b>
N. Beier N. zur Oven K. Meding M. Rashani	L. Kegel J. Weiland B. Zeiler	M. Kuck L. Kligen P. Planz F. Pfannhauser
<b>16.30 - 17.30</b>	<b>16.15 - 17.15</b>	<b>16.00 - 17.30</b>
S. Ramroth	A. Gras H. Ehardt P. Kessel T. Krämer, B. Rose	1. Damen
<b>17.30 - 19.00</b>	<b>17.15 - 18.15</b>	<b>17.30 - 18.30</b>
1. Damen	S. Dorloff M. Hüffner L. Fiebig H. Jung	Gruppe Angenendt
	<b>18.15 - 19.15</b>	<b>12.00 - 13.00 Samstag</b>
	S. Godde D. Godde L. Brand N. Tillmann	1. Junioren

## Maximilian Belk

Montag
<b>14.15 - 15.00 Bambini</b>
M. Kimstädt F. Höhne A. Kramer J. Friedrich
<b>15.00 - 15.45</b>
T. Harenberg N. Harenberg
<b>15.45 - 16.45</b>
J. Pfannhauser M. Hinricher L. Angenendt M. Kimstädt
<b>16.45 - 17.30</b>
A. Hasserbetci T. Hasserbetci H. Philipps
<b>17.30 - 18.30</b>
A. Schulte T. Kempkens S. Ramroth
<b>18.30 - 19.30</b>
B. Migsch L. Migsch N. Heise V. Lohmann

## C. Hümbes & S. Benski

Dienstag/ Samstag	Freitag
<b>14.15 - 15.00</b>	
M. Büth E. Ruhrländer L. Ochel	
<b>15.00 - 16.00</b>	<b>15.00 - 16.00</b>
P. Leu M. Prill	
<b>16.00 - 17.00</b>	<b>16.15 - 17.00</b>
T.-M. Lammerse M. Schöning O. Prünke E. Vogel	T. Kurscheid A. Zentsch
<b>17.00 - 18.00</b>	<b>17.00 - 18.00</b>
D. Schmidt E. Kaptan	V. Nied V. Lohmann N. Putscher A. Schopp
<b>11.45 - 12.30 Samstag</b>	<b>18.00 - 19.00</b>
I. Jung J. Koch	L. Rakanovic L. Brühl C. Eglinger E. Eglinger
<b>12.30 - 13.15 Samstag</b>	
A. Roeser H. An	

# Trainingsplan Winter 2017/ 18

René Kaiser

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	14.30 - 16.00		14.30 - 16.00	15.00 - 16.00	9.00 - 10.00
	J. Kaiser J. Asamoah N. Stoberock J. Weiland		J. Kaiser J. Asamoah		<b>Fördertraining:</b> J. Asamoah, J. Kaiser P. Hinricher T. Kempkens
15.00 - 16.00			16.00 - 17.00	16.00 - 16.45	9.00 - 10.00
			L. Jäckel, G. Cirmia F. Kaufmann M. Büth J. Ponitka		<b>Fördertraining:</b> J. Ponitka, H. Philipps R. Nicolai A. Gentzsch
16.15 - 17.00 Bambini	16.00 - 17.00		17.00 - 18.00	16.45 - 17.30	10.00 - 11.00
M. Cirmia M. Angenendt J. Kremer	Gruppe Ehrkamp		A. Gentzsch A. Leu R. Nicolai	A. Hasserbetci	<b>Fördertraining:</b> N. Bach, F. Kreifelts H. Schievelbusch B. Wotzlaw
17.00 - 18.00	18.00 - 18.45		18.00 - 19.00	17.30 - 18.30	
A. Wotzlaw J. Fituri A. L. Buchmann	L. Wehner V. Schomaker J. Ponitka		P. Planz, M. Fiebig V. Westhoff M. Wulf M. Waldorf	N. Bach H. Schievelbusch E. Andree F. Kreifelts	
19.30 - 20.30	18.45 - 19.45	18.00 - 19.00	19.00 - 20.00	18.30 - 19.30	12.30 - 14.00
Gruppe Müller	Gruppe Roland 14 tägig	M. Kramer L. Hönes	1. Juniorinnen D. Bräuer & M. Bräuer 2 Wechselspielerinnen	Damen 40	2. Damen
	19.45 - 20.45				Sonntag 16.30 - 18.00
	J. Fischer V. Kern L. Leibelt R. Probst				2. Herren

# Trainingsplan Winter 2017/ 18

Iryna Vavrikova

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
<b>14.30 - 15.15</b>					<b>9.00 - 10.00</b>
C. Weinstock K. Hofius M. Kuschel					<b>Fördertraining:</b> N. Stoberock, E. Kegel M. Schulte, J. Weiland L. Prijovic
<b>15.15 - 16.15</b>	<b>15.15 - 16.15</b>	<b>15.00 - 16.00</b>	<b>15.00 - 16.00 Bambini</b>	<b>15.00 - 16.00</b>	<b>10.00 - 10.45</b>
S. Stahl S. Brovot C. Brovot L. Kurscheid	J. Steinmeier F. Fechner P. Gerbaulet	L. Prijovic E. Kegel	P. Simons L. Müller, C. Manstedten R. Arnold A. Lammerse		C. Schmitz J. Form
<b>16.15 - 17.00</b>	<b>16.15 - 17.00</b>	<b>16.00 - 16.45</b>	<b>16.00 - 17.00</b>	<b>16.30 - 17.30</b>	<b>10.45 - 11.45</b>
I. Reichenberg C. Kremer	S. Philipps J. Leu K. Weinstock	H. Spörer L. Schentke	E. Czekalla L. Prijovic E. Kegel P. Hinricher	N. Döpke T. Kempkens J. Liske F. Claus	<b>Fördertraining:</b> L. Leibelt, L. Hönes R. Probst, V. Kern J. Fituri, A. Wotzlaw
<b>17.00 - 18.00</b>	<b>17.00 - 18.00</b>	<b>16.45 - 17.45</b>	<b>17.00 - 18.00</b>	<b>17.30 - 18.30</b>	<b>11.45 - 12.45</b>
B. Wotzlaw T. Jakobowski B. Quast J. Müller	J. von Holtum T. Rebs J. Müller L. Esser	E. Vogel H. Philipps R. Jäntschi R. Nicolai	L. Joachim L. Thomas L. Thomas	C. Schmitz S. Kuschel J. Form V. Zentsch	3. Damen
<b>18.00 - 19.00</b>	<b>18.00 - 19.00</b>	<b>17.45 - 18.30</b>	<b>18.00 - 19.00</b>	<b>18.30 - 19.30</b>	
N. Stoberock M. Schulte	K. Stahl L. Bethke L. Walter	P. Struckmann S. Philipps L. Jurgutat	A. Weichert L. Reichenberg M. - I. Claus	M. Fechner E. von Fürstenberg	
	<b>19.00 - 20.00</b>				
	Gruppe Buchmann 14 tägig				