

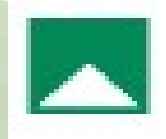


# SV Baltringen

## Saison 2021 / 2022

### Vorbereitungsplan Sommer 2021

### "Let's Go"



**KW 25 + KW 26: Jeweils 2 Grundlagen-Ausdauerläufe a 45 min pro Woche**  
**Jeweils 2x Kräftigungsprogramm pro Woche**

KW	Wochentag	Datum	Einheit	Uhrzeit
26/ 27	Samstag	03.07.2021	Trainingsauftakt	15 Uhr
	Montag	05.07.2021	Training	19 Uhr
	Mittwoch	07.07.2021	Training	19 Uhr
	Freitag	09.07.2021	Training	18.30 Uhr
	Samstag	10.07.2021	Spiel: SV Baltringen - TSV Ummendorf	10.30 Uhr
28	Montag	12.07.2021	Training	19 Uhr
	Mittwoch	14.07.2021	Spiel: SV Tiefenbach - SV Baltringen	19 Uhr
	Freitag	16.07.2021	Training	18.30 Uhr
	Samstag	17.07.2021	Spiel: SV Baltringen - SV Vöhringen	17 Uhr
	Sonntag	18.07.2021	Spiel: SV Baltringen - FC Bellamont	17 Uhr
29	Montag	19.07.2021	Training	19 Uhr
	Mittwoch	21.07.2021	Spiel: SV Äpfingen - SV Baltringen	19 Uhr
	Freitag	23.07.2021	Training Trainingslager	18.30 Uhr
	Samstag	24.07.2021	3x Training	9 Uhr
	Sonntag	25.07.2021	2x Training & Spiel: SV Baltringen - SpVgg Au	9 Uhr
30	Montag	26.07.2021	Training	19 Uhr
	Mittwoch	28.07.2021	Training oder Pokal-Quali	19 Uhr
	Freitag	30.07.2021	Spiel: SV Baltringen - SV Schemmerhofen II	19 Uhr
	Sonntag	01.08.2021	Spiel: 1. Pokalrunde	15 Uhr
31	Montag	02.08.2021	Training	19 Uhr
	Mittwoch	04.08.2021	Spiel: SF Illerrieden - SV Baltringen	19 Uhr
	Freitag	06.08.2021	Training	18.30 Uhr
	Samstag	07.08.2021	Spiel: SV Baltringen - TSV Langenau	17 Uhr
	Sonntag	08.08.2021	Spiel: 2. Pokalrunde	17 Uhr
32	Montag	09.08.2021	Training	19 Uhr
	Mittwoch	11.08.2021	Training	19 Uhr
	Freitag	13.08.2021	Training	18.30 Uhr
	Sonntag	15.08.2021	1. Punktspiel	15 Uhr
33	Montag	16.08.2021	Training	19 Uhr
	Mittwoch	18.08.2021	Training	19 Uhr
	Freitag	20.08.2021	Training	18.30 Uhr
	Sonntag	22.08.2021	2. Punktspiel	15 Uhr
34	Dienstag	24.08.2021	Training	19 Uhr
	Donnerstag	26.08.2021	3. Punktspiel	19 Uhr
	Freitag	27.08.2021	Training	18.30 Uhr
	Sonntag	29.08.2021	4. Punktspiel	15 Uhr