

FFC Therwil Frauen 1 / PROGRAMM Rückrunde 18/19

Januar		Februar		März		April		Mai		Juni	
Di 1	Neujahr	Fr 1	Training (Halle)	Fr 1	Training	Mo 1	Training	Mi 1	Training	Sa 1	
Mi 2		Sa 2		Sa 2		Di 2		Do 2		So 2	Femina Kickers Worb 13.00h
Do 3		So 3		So 3		Mi 3	Training	Fr 3	Training	Mo 3	Training
Fr 4		Mo 4	Training	Mo 4	Training	Do 4		Sa 4		Di 4	
Sa 5		Di 5		Di 5	Massage	Fr 5	Training	So 5	FC St. Gallen-Staad 13.00h	Mi 5	Training
So 6		Mi 6	Training	Mi 6	Training	Sa 6		Mo 6	Training	Do 6	
Mo 7		Do 7		Do 7		So 7	FC Zürich Frauen U-21 13.00h	Di 7		Fr 7	Training
Di 8		Fr 8	Training (KR / Halle)	Fr 8	Training	Mo 8	Training	Mi 8	Training	Sa 8	Frauenteam Thun BE-Oberland 20.00h
Mi 9		Sa 9		Sa 9		Di 9		Do 9		So 9	Pfingsten
Do 10		So 10		So 10	FC Aarau Frauen 12.00h	Mi 10	Training	Fr 10	Training	Mo 10	Pfingstmontag
Fr 11	Trainingsstart (Halle)	Mo 11	Training	Mo 11	Training	Do 11		Sa 11		Di 11	
Sa 12		Di 12		Di 12	Basler Fasnacht	Fr 12	Training	So 12	FC Zürich Frauen U-21 12.00h	Mi 12	Training
So 13		Mi 13	Training	Mi 13	Training	Sa 13	FC Schlieren 18.00h	Mo 13	Training	Do 13	
Mo 14	Training (Laufschuhe)	Do 14		Do 14	Basler Fasnacht	So 14		Di 14		Fr 14	Abschluss-Event Team
Di 15		Fr 15	Training (KR / Halle)	Fr 15	Training	Mo 15	Training	Mi 15	Training	Sa 15	Abschluss-Event Team
Mi 16	Training (Laufschuhe)	Sa 16		Sa 16		Di 16		Do 16		So 16	Abschluss-Event Team
Do 17		So 17		So 17	Femina Kickers Worb 16.00h	Mi 17	Training	Fr 17	Training	Mo 17	Abschluss-Event Team
Fr 18	Training (Halle)	Mo 18	Training	Mo 18	Training	Do 18	Gründonnerstag	Sa 18		Di 18	
Sa 19		Di 19		Di 19		Fr 19	Karfreitag	So 19	Frauen SC Derendingen SO 14.00h	Mi 19	
So 20	FC Basel 1893 U-17 (Test) 13.00	Mi 20	Training	Mi 20	Training	Sa 20		Mo 20	Training	Do 20	
Mo 21	Training (Laufschuhe)	Do 21		Do 21		So 21	Ostern	Di 21		Fr 21	
Di 22		Fr 22	Training	Fr 22	Training	Mo 22	Ostermontag	Mi 22	Training	Sa 22	
Mi 23	Training (Laufschuhe)	Sa 23	Frauen SC Derendingen SO 18.00h	Sa 23		Di 23		Do 23		So 23	
Do 24		So 24		So 24	Frauenteam Thun BE-Oberland 13.00h	Mi 24	Training	Fr 24	Training	Mo 24	
Fr 25	Training (Halle)	Mo 25	Training	Mo 25	Training	Do 25		Sa 25	FC Aarau Frauen 18.15h	Di 25	
Sa 26	Training 12.00 Uhr	Di 26		Di 26		Fr 26	Training	So 26		Mi 26	
So 27		Mi 27	Training	Mi 27	Training	Sa 27		Mo 27	Training	Do 27	
Mo 28	Training (Laufschuhe)	Do 28		Do 28		So 28	FC Rapperswil-Jona 12.00h	Di 28		Fr 28	
Di 29				Fr 29	Training	Mo 29	Training	Mi 29	Training	Sa 29	
Mi 30	Training (Laufschuhe)			Sa 30		Di 30		Do 30	Massage	So 30	Auffahrt
Do 31				So 31	Küssnacht a/R 13.00h			Fr 31	Training		

Trainingszeiten:

MO = 19.30 - 21.00 Uhr
 MI = 20.00 - 21.30 Uhr
 FR = 19.30 - 21.00 Uhr
 MO = 18.45 - 20.15 Uhr
 MI = 20.00 - 21.30 Uhr
 FR = 19.30 - 21.00 Uhr

Ort:

Känelboden
 Känelmatt 1
 Känelboden
 Kunstrasen
 Kunstrasen
 Kunstrasen / Halle

Legende:

KB = Känelboden (Hauptfeld)
 KR = Kunstrasen
 K1 = Känelmatt 1
 HA = Halle Wilmattschulhaus
 Schulferien

Bekleidung:

FFC-Trainingsmaterial

Meisterschaft:

Text = Heimspiele
 Text = Auswärtsspiele

Meisterschaftsstart Saison 2019/2020: 17./18.08.2019

- ➔ Bei Verhinderung persönlich abmelden (KEINE SMS!)
- ➔ Wir gehen respektvoll miteinander um!
- ➔ Wir sind freundlich und grüssen!

- ➔ So wie wir trainieren, so spielen wir....also sind wir top ausgerüstet + gepflegt !!
- ➔ !! In jedes Training Laufschuhe und Fussballschuhe mitnehmen !!
- ➔ !! Abmeldungen vom Training bis spät. 10:00 Uhr / Das DUSCHEN nach dem Training/Spiel ist obligatorisch!!

Trainer: Roberto Rizza
 E-Mail: roberto.rizza@ffctherwil.ch
 Handy: 076 440 51 68

Trainer:
 E-Mail:
 Handy:

Goaltrainer: Gabriel Herzog
 E-Mail: gabriel.herzog@ffctherwil.ch
 Handy: 079 535 50 83