



## Deutscher Fußball-Club Prag

integrierter Trainingsplan für Mädchen und Jungen  
der Jahrgänge 2003 – 2010

| Team                 | Trainingsgruppe     | individuelles Training<br>an der Schule | gemeinsames Training<br>auf dem Fußballplatz |
|----------------------|---------------------|---|--|
|                      |                     |   |  |
| <b>Team BEAR*</b>    | DSP 1.+2. Klasse    | Mittwoch 13:15-14:45                    | Donnerstag 13:15-14:45                       |
| <b>Team MOUSE*</b>   | ZSNCP 1.+2.Klasse   | Montag 13:15-14:45                      | Donnerstag 13:15-14:45                       |
|                      |                     |   |  |
| <b>Team SCOUT*</b>   | DSP 3.-5 Klasse     | Mittwoch 14:15-15:45                    | Donnerstag 14:15-15:45                       |
| <b>Team PIONEER*</b> | ZSNCP 3.-5. Klasse  | Montag 14:15-15:45                      | Donnerstag 14:15-15:45                       |
|                      |                     |   |  |
| <b>Team MISTRAL</b>  | DSP 6.-8.Klasse     | Freitag 14:15-15:45                     | Dienstag 14:15-15:45                         |
| <b>Team CODIAC</b>   | GTM 6.-8. Klasse    |   | Dienstag 14:15-15:45                         |
|                      |                     |   |  |
| <b>Team COOL**</b>   | 9. Klasse und Älter | nach Vereinbarung                       | nach Vereinbarung                            |

\*im Falle größerer Nachfrage (insbesondere in den Klassen 1-3) zusätzliches Feld-Training **Dienst 13:15-14:45**

\*\* Trainingszeiten werden nach je Bedarf zusätzlich organisiert

bei Fragen zum Training: Jan Kasperek (D, CZ) [jan.kasperek@dfcprag.com](mailto:jan.kasperek@dfcprag.com)

**Info Telefon: Trainer Rene Drtina (CZ) Tel. +420 776354 511**