



# TRAININGSPLAN FC GOSSAU

Juli - Oktober 2017

Tag / Zeit	Mannschaft	Verantwortlich	Platz	Garderobe
<b>Montag</b>				
18:00 - 19:15	Fa	Holenstein Markus	1	6
18:00 - 19:30	Ec	Fenner Daniel	2 c+d	6
	Da Elite	Fingas Maik	2 a+b	9
	Goaltraining "klein"	Auletta Patrick / Ruiz Edi	4 a+b	10
18:30 - 20:00	Juniorinnen B	Büsser Röbi	6	4
	C Promotion	Eichmüller Hampi	4 c+d	2
19:00 - 20:30	B 1. Stkl.	Klinaku Arsim	3 c+d	8
	CCJL B	Stüdl Marc	3 a+b	5
19:15 - 20:45	1. Liga Herren	Gambino Giuseppe	5	7
19:30 - 21:00	Senioren 30+	Heusi Remo	2 c+d	6
	Senioren 40+/50+	Federer A. / Minikus R.	2 a+b	10
	5. Liga b Herren	Tüsel Andreas	4 a+b	3
20:00 - 21:30	3. Liga Herren	Mijatovic Tomislav	4 c+d	1
<b>Dienstag</b>				
17:45 - 19:15	Fd 2.Stkl.	Laci Mentor	1	8
18:00 - 19:30	Db	Baliko Markus	5/6	5
	Fc	Nelson Ricardoda Silva Nunes	1	1
	Juniorinnen D	Heuberger Marco	4 a+b	2
	Ea	Jovic Drasko	2 c+d	6
	Eb	Knüsel Marc	3 c+d	9
	Ed	Villamann Alfredo	2 a+b	9
	Dc	Müller Manfred	3 a+b	1
18:30 - 20:00	C 2. Stkl. a	Lenz Roger	4 a+b	6
19:15 - 20:45	1. Liga Herren	Gambino Giuseppe	5	7
19:30 - 21:00	CCJL A	Schrepfer Bruno	4 c+d	10
	1. Liga Frauen	Baumann Tobias	2 c+d	4
20:00 - 21:30	4. Liga Frauen	Schäfler Mirco	2 a+b	3
	5. Liga a Herren	Düsel Stefan	3 a+b	8
<b>Mittwoch</b>				
14:00 - 15:30	Fe	Eisenlohr Marcel	1	5
17:45 - 19:15	Fb	Kobler Florian	1	3
18:00 - 19:15	Fa	Holenstein Markus	2 a+b	4
18:15 - 19:30	Goaltraining "gross"	Auletta Patrick / Ruiz Edi	6	8
18:00 - 19:30	Da Elite	Fingas Maik	3 c+d	2
	C Promotion	Eichmüller Hampi	4 a+b	6
18:30 - 20:00	C 2. Stkl. b	Ill Christoph	4 c+d	9
19:00 - 20:30	CCJL B	Stüdl Marc	2 c+d	5
19:15 - 20:45	1. Liga Herren	Gambino Giuseppe	5	7
19:30 - 21:00	CCJL A	Schrepfer Bruno	4 a+b	10
	5. Liga b Herren	Tüsel Andreas	3 c+d	1

Donnerstag				
17:45 - 19:15	Ga	Mühlberger Stefan	1	2
18:00 - 19:30	Fd 2.Stkl.	Laci Mentor	1	6
	Eb	Knüsel Marc	2 a+b / 6	5
	Ea	Jovic Drasko	6 / 2 a+b	1
	Juniorinnen D	Heuberger Marco	4 a+b	4
	Da Elite	Fingas Maik	5 a+b	2
	Dc	Müller Manfred	2 c+d	10
	Db	Baliko Markus	3 a+b	6
18:30 - 20:00	Juniorinnen B	Büsser Röbi	5 c+d	3
	C 2. Stkl. a	Lenz Roger	4 c+d	5
	C Promotion	Eichmüller Hampi	3 c+d	9
19:30 - 21:00	1. Liga Frauen	Baumann Tobias	4 a+b	4
	B 1. Stkl.	Klinaku Arsim	2 a+b	10
	3. Liga Herren	Mijatovic Tomislav	2 c+d	1
20:00 - 21:30	4. Liga Frauen	Schäfler Mirco	3 c+d	3
	5. Liga a Herren	Düsel Stefan	4 c+d	8
Freitag				
17:30 - 19:00	Fb	Kobler Florian	3 a+b	9
18:00 - 19:15	Fc	Nelson Ricardoda Silva Nunes	1	8
18:00 - 19:30	Ec	Fenner Daniel	3 a+b	3
	Ed	Villamann Alfredo	2 c+d	2
18:30 - 20:00	C 2. Stkl. b	Ill Christoph	2 a+b	1
19:00 - 20:30	CCJL B	Stüdl Marc	4 c+d	9
	CCJL A	Schrepfer Bruno	4 a+b	10
19:15 - 20:45	1. Liga Herren	Gambino Giuseppe	5	7
19:30 - 21:00	1. Liga Frauen	Baumann Tobias	3 a+b	4
	Für Meisterschaftsspiele reserviert			

## Wichtige Weisungen:

Trainingszeiten, Platz- und Garderobenzuteilungen müssen zwingend eingehalten werden.

Beim Training sind Fussballschuhe mit Nocken zu tragen. Fussballschuhe mit Stollen sind beim Training, und generell auf dem Kunstrasenplatz, nicht gestattet. Die Benützungsvorschriften der Stadt Gossau für den Kunstrasenplatz müssen strikte befolgt werden.

Alle mobilen Tore sind nach dem Training (Spiel) an die vorgesehenen, gelb markierten Standorte zu stellen. Die festen Tore am Ballfänger aufhängen. Die Eckstangen sind von jedem Platz zu versorgen.

Der Trainer resp. Teamverantwortliche ist verpflichtet, nach Benützung (Training oder Spiel) die Türen zu ALLEN Spielplätzen abzuschliessen. Das gilt auch für den Abstellplatz der mobilen Tore.

Wer zuletzt auf einem Platz trainiert, löscht das Flutlicht.

Die Aufsicht auf dem Sportplatz und in den Garderoben ist eine Pflicht der Trainer.

Garderoben aufgeräumt und "besenrein" verlassen.