

Sommertrainingsplan THC Brühl 2025

Start des Jugendtrainings: 28.04.2025; Ende des Trainings: 12.10.2025; Trainingspausen: 01.05.25 (Tag der Arbeit); 28.05.-01.06.25 (Christi Himmelfahrt); 09.06.-10.06.25 (Pfingstmontag + Dienstag); 18.06.-21.06.2025 (Fronleichnam); 14.07.2025 bis einschl. 26.08.2025 (Sommerferien); 03.10.2025 (Tag der Deutschen Einheit)

Zeit	Montag 1	Zeit	Montag 2	Zeit	Montag 3	Montag 4
14:00-15:00	Laaks, Alicia	13:30-14:30		14:00-15:00		
15:00-16:00	Sieberg, David; v. Hopfgarten, Jakob; Sickert, Moritz	14:30-15:30		13:30-14:30		
16:00-17:00	v. Hopffgarten, Jakob; Vehlen, Henri; Sieberg, David	15:30-16:30		14:30-15:30		
17:00-18:00	Morgenroth, Jonas; Ahrend, Lino; Kayser, Laurenz; Klaus, Malte	16:30-17:30		15:30-16:30	Lehrke, Tom; Grunwald, Bela; Vehlen, Valerie; Therstappen, Jakob	Almpanis, Eleni; Zimmermann, Madita; Broich, Merit; Therstappen, Theresa
18:00-19:00	Grunwald, Mika; Esser, Laurin; Ahrend, Henry; Frommhold, Simon	17:30-18:30	Brück, Lina; Hofsummer, Lilly; Schumacher, Joan; Wiegand, Jule	16:30-17:30	U18 Damen	Hollweg, Marie; Groll, Carlotta; Schmidt, Laura; Heutger, Emma
19:00-20:00	Da Silva; Tigges	18:30-19:30	Apostel, Annika; Prömpers, Sarah; Voegel, Lina; Mühlinghaus, Ana	17:30-19:00	Damen I	Damen I
20:00-21:00		19:30-20:30	Herren 50 IV (Gruppe Küpper)	19:00-20:30	Herren 50 I	Herren 50 I

Zeit	` Montag 5/ ab 19 Uhr 6	` Montag 7	Zeit	´ Dienstag 1	Zeit	´ Dienstag 2
13:00- 14:00			14:00- 15:00		14:00- 15:00	
14:00- 15:00	Korda, Maximilian		15:00- 16:00	Wüllenweber, Davide; Grunwald, Bela; Olefs, Mats; Lehrke, Tom	15:00- 16:00	Busar, Max; Merkt, Felix; Frase, Leo
15:00- 16:00	Feig, Valentin; Mattes, Marlon; Erstfeld, Tim; Frese, Theo		16:00- 17:00	Ahrend, Lino; Grunwald, Mika; Morgenroth, Jonas; Sickert, Moritz	16:00- 17:00	Bredemeier, Hannah; Mangiavacchi, Giulia; Moll, Johanna; Meyer, Mathilda
16:00- 17:00	Kayser, Vincent; Grefrath, Philipp; Topalidis, Nikolas; Dahlhausen, Fabian		17:00- 18:00	Wiegand, Jule; Ohl, Yella; Almpanis, Eleni; Zimmermann, Madita	17:00- 18:00	Pietrzyk, Dominik; Almpanis; Vassilios; Hirschfeld, Lenny; Schmidt, Julius
17:00- 18:00	Schulte, Johanna; Neubauer, Lara; Onur, Lara; Bischof, Johanna	Schlimper, Jonas; Wirth, Tom; Tüffers Frederik; Nettersheim, Jonah	18:00- 19:00	Busar, Rene	18:00- 19:30	Herren 60 I
18:00- 19:00	Funke, Noah; Mabilie, Maxime; Moll, Jonathan		19:30- 20:30	Herren 30 II	19:30- 20:30	Herren 30 II
19:00- 20:30	Herren 50 IV	Herren 50 IV	20:00- 21:00		20:00- 21:00	

Zeit	ʼ Dienstag 3	ʼ Dienstag 4	ʼ Dienstag 5/ ab 19h P6	ʼ Dienstag 7
12:30- 14:00	Herren 65 I	Herren 65 I		
14:00- 15:00	Linnenbaum	Hofsümmer, Lilly	Völker, Malte; Franz, David; Kau,Felix; Pfeifer, Henry	
15:00- 16:00	Persch, Maren	Jacke, Lorenzo; Kordes, Linus; Kuhn, Emilian	v. Dellingshausen, Friedrich; Topalidis, Nikolas; Dahlhausen, Fabian; Grefrath, Philipp	
16:00- 17:00	Vehlen, Henri	Kordes, Lilli; Arnolds; Valerie, Oh, Zoe; Corten, Mila	v. Fricken, Clarissa; Stefanides, Liv; Glaewe, Isabella; Yanmaz, Ronya	Thiemann, Mascha; Salcin, Mira Lina; Mez, Meret;
17:00- 18:00	Vehlen, Valerie	Hauf, Erik; Thomas, Ferdinand; Cardinal, Jasper; Borowiak, Rene	v. Hopffgarten, Gloria; Werres, Antonia	Thomas, Luise; Heidrich, Henrietta; Richter, Malin
18:00- 19:00	Golland, Gregor	Bendkowski, Michelle; Selvili, Jasmin; Hüttche, Emilia; Walczyk, Antonella	Jacobs, Tina	Klähs, Lotta; Hofstede, Lili; Chmela, Lucia; Babatanci, Miranda
19:00- 20:30	Herren I	Herren I	Damen II	Damen II

Zeit	Mittwoch 1	Mittwoch 2	Mittwoch 3	Mittwoch 4
13:00-14:00				
14:00-15:00	Andryk, Anton	Petkopoulou, Eleftheria		
15:00-16:00	Persch, Johanna	v. Hopffgarten, Gloria; Wüllenweber, Giulia; Hollweg, Marie; Kaib, Helen	Tüffers, Charlotte; Salcin, Mira Lina; Nießen, Eleni; Mez, Meret	
16:00-17:00	Köpping, Sienna	Blauth, Katie; Kurth, Betty; Cherpin, Elise; Stappler, Laura	Gregory, Lasse; Hundertmark, Mats	Lehrke, Tom; Wüllenweber, Davide; Grunwald, Bela; Vehlen, Valerie
17:00-18:00	Grunwald, Mika; Esser, Laurin; Ahrend, Henry; Frommhold, Simon	Grigoleit, Philip; Katic, Daniel		Damen U 18
18:00-19:00	Gruppe: Zepp	Bredemeier, Hannah; Rosenbaum, Clara; Buggert, Theresa; v. Eynern, Amalie	Damen 50 I	Damen 50 I
19:00-20:30	Herren 50 III	Herren 50 III	Herren 50 II	Herren 50 II

Zeit	Mittwoch 5/ ab 19 Uhr 6	Mittwoch 7	Donnerstag 1	Donnerstag 2
13:00-14:00				
14:00-15:00				v. Hopffgarten, Jakob
15:00-16:00			Jurcevic, Filip; Moschüring, Oskar; Golland, Josef; Cardinal, Hanno	Hauf, Arne; Peschken, Jakob; Hundertmark, Mats
16:00-17:00	Osseux, Noah; Davydova, Mayya, Oh, Samuel; Körfgen, Luca		Wüllenweber, Davide	Lauwigi, Ben; Steffens, Jannik; Peschken, Jakob; Selbach, Lennart
17:00-18:00	Yanmaz, Roni; Sickert, Maxim; Rezaei, Moritz; Almpanis; Vassilios;		Schutz, Ella; Broich, Merit; Ohl, Yella	Mez, Frida; Mez, Lieselotte; Neubauer, Lara; Onur, Lara
18:00-19:00	Groll, Emilia; Schulte, Johanna; Bischof, Johanna	Jacke, Adriano; Mester, Ben; Hain, Mael; Levantino, Andrea	Gruppe: Prokop	Krause, Hanna; Wahlefeld, Lotta; Wahlefeld, Magnus; Waßenhoven, Pauline
19:00-20:30	Herren 40 II	Herren 40 II	Herren III	Herren III

Zeit	Donnerstag 3	Donnerstag 4	Donnerstag 6	Donnerstag 7
13:00-14:00				
14:00-15:00	Vehlen, Henri; Sieberg, David; v. Eyern, Ludwig		Therstappen, Theresa + Jakob	
15:00-16:00	Schulte, Friederike; Linnenbaum, Luisa; Soto Steves, Alejandra; v. Hopffgarten, Lilly	Simons, Paul; Franz, Simon; Morla, Bennet	Knorre, Jonas; Dahlhausen, Fabian	
16:00-17:00	Feig, Valentin; Mattes, Marlon; Erstfeld, Tim; Frese, Theo	Hauf, Erik; Gregory, Jakob; Merkt, Julius	Liljo, Samu; Frase, Leo; Jagusch, Nils; Mangiavacchi, Flavio	
17:00-18:00	Groll, Carlotta; Schmidt, Laura; Heutger, Emma;	Pietrzyk, Dominik; Hirschfeld, Lenny; Schmidt, Julius	Damen U 18	
18:00-19:00	Gruppe: Astrid Wiegand	Voegel, Lina; Bendkowski, Michelle; Hüttche, Emilia; Walczyk, Antonella	Damen I	Damen I
19:00-20:30	Damen 40 III	Damen 40 III	Herren 55 I	Herren 55 I

Zeit	Freitag 1	Freitag 2	Zeit	Freitag 3	Freitag 4
13:30-14:30	Breidohr, Ralph		13:00-14:00		
14:30-15:30	Vehlen, Henri; Sieberg, David		14:00-15:00	Schippers,Serap & Thomas, Anne	
15:30-16:30	Grunwald, Mika; Morgenroth, Jonas		15:00-16:00	Merkt, Lina; Cherpín, Elise; Reschke, Annika; Walter, Marie	Zurhausen, Paula; Cicek, Evra; Píkos, Emilia
16:30-17:30	Curtius, Anne – Sophie, Lindenbrink, Nele		16:00-17:30	Herren II	Herren II
17:30-19:00	Damen 40 I	Damen 40 I	17:30-19:00	Damen 40 II	Damen 40 II
19:00-20:00	Herren I	Herren I	19:00-20:30	Herren 30 I	Herren 30 I
20:00-21:00	Gruppe: Hauf				

Zeit	Freitag 5	Freitag 9	Freitag 6	Zeit	Samstag 2	Samstag 3
13:00-14:00				10:00-11:00		Lührs, Ilja; Ossenbrüggen, Matteo
14:00-15:00	Krause, Jonas; Hollweg, Nils; Kayser, Vincent; v. Dellingshausen, Friedrich	Busar, Max		11:00-12:00	Schmitz, Sophia, Golland, Eva; Levantino, Sofia; Kau, Eva	Peschken, Jakob; Große, Lorenz; Gebhardt, Nevio; v. Hopffgarten, Lutz
15:00-16:00	Gruppe: Silvia Meyer	Bonato, Sofia; Heck, Johanna; Brackmann, Emma; Heidrich, Henrietta	Eisbrenner, Max; Behmanesh, Adrian; Roder, Jan; Kolbeck, Erik	12:00-13:00	Winkelkemper, Fina; Bollenbeck, Lou; Weber, Stella; Gültekin, Leyla	Ossenbrüggen, Lisann; Arnolds, Leonard
16:00-17:00	Zurhausen, Moritz; Görres, Samuel; Elbert, Hannes; v. Eynern, Ludwig	Moll, Johanna; Mangiavacchi, Giulia; Rosenbaum, Clara; Meyer, Mathilda		13:00-14:00		
17:00-18:00	Babatinci, Miranca; Chmela, Lucia	Sickert, Maxim; Mester, Tim; Curtius, Louis; Küpper, Jamie		14:00-15:00		
18:00-19:00	Mainzer, Michelle; Bencker, Linda; Heck, Emily	Bencker, Helmer		15:00-16:00		
19:00-20:00	Gruppe: Kaib			16:00-17:00		