

# Teamabmeldung

Bitte per E-Mail an [teamabmeldungen@nada.de](mailto:teamabmeldungen@nada.de) mit dem Betreff  
„DEL / Name des Vereins / KW oder Zeitraum“ schicken!



## Allgemeine Information

|  |     |     |  |
|--|-----|-----|--|
| Liga   | DEL |     |  |
| Verein/ Club   |     |     |  |
| Adresse der Trainingsstätte (Vereinsgelände oder Stadion oder ...) |     |     |  |
| Ansprechpartner mit Telefonnummer                                  |     |     |  |
| Wochenplan gültig von  |     | Bis |  |
| Alternativ: Wochenplan gültig für KW                               |     |     |  |

## Wochenplan

| Wochentag  | Datum      | Uhrzeiten                                    | Aktivität   | Adresse   |
|------------|------------|--|---|---|
| Montag     | 20.01.2014 | trainingsfrei                                | trainingsfrei   | -   |
| Dienstag   | 21.01.2014 | 10:00 – 12:00<br>Uhr<br>15:00 – 18:00<br>Uhr | Eistraining<br>Krafttraining                              | Vereinsgelände<br>(s.o.)<br>Fitnessraum                       |
| Mittwoch   | 22.01.2014 | 10:00 – 12:00<br>Uhr<br>15:00 – 18:00<br>Uhr | Ausdauertraining<br>Eistraining                           | Waldlauf<br>Vereinsgelände                                    |
| Donnerstag | 23.01.2014 | 10:00 – 12:00<br>Uhr<br>ab 17:00 Uhr         | Taktikbesprechung,<br>danach Abfahrt<br>zum Auswärtsspiel | Vereinsgelände  |
| Freitag    | 24.01.2014 | 20:30 Uhr                                    | BuLi-Auswärtsspiel  | Stadion und<br>Hotel  |
| Samstag    | 25.01.2014 | 10:00 Uhr<br>15:00 Uhr                       | Rückreise<br>Auslaufen und<br>Massage                     | Vereinsgelände  |
| Sonntag    | 26.01.2014 | 10:00 – 12:00<br>Uhr                         | Werbeaufnahmen  | Sporthalle<br>Hasenberg, Am<br>Fuchsbau 5,<br>12345 Igelingen |

**Der Wochenplan sollte u.a. folgende Informationen erhalten:**

- Trainingsmaßnahmen
- Regenerative Maßnahmen (Sauna, Massage, Physio etc.)
- Mannschaftsaktivitäten (z.B. Sponsorentermine)
- Freundschaftsspiele
- Ligaspieltermine
- Trainingslager
- etc.

Bitte geben Sie bei allen Auswärtsterminen die genaue Adresse (Hotelanschriften und Sportstätten) sowie die An- und Abreisedaten an!

**Abwesenheitsanzeige(n) von den Mannschaftsaktivitäten**

| <b>Name des Athleten</b> | <b>Bemerkung/ Grund</b> | <b>Zeitraum</b> | <b>Alternative Adresse</b> |
|--------------------------|-------------------------|-----------------|----------------------------|
| Hans Mustermann          | Sponsorentermin         | 24.01.2014      | Hotel xy, Adresse          |
| Klaus Klausemann         | Verletzt (Reha)         | KW 33           | Klinik ab, Adresse         |
|                          |                         |                 |                            |
|                          |                         |                 |                            |
|                          |                         |                 |                            |