



# Trainingsplan Jan. - Feb. 2027 Saison 2026/27

|           |                                     |
|-----------|-------------------------------------|
| Legende : | MZH Termen                          |
|           | MZH Brigerberg, Ried-Brig           |
|           | MZH Schulhaus, Ried-Brig            |
|           | MZH OS, Glis ab Januar bis April    |
|           | Helvetia Arena, Termen (Kunstrasen) |

## Variante I: Helvetia Arena (Kunstrasen) verfügbar

Wichtig: Die Nutzung freier Hallenplätze muss mit Teams gemäss Variante II bilateral abgesprochen werden, falls diese Teams die Halle bevorzugen sollten!

|               | Montag |     |      |     |      | Dienstag |     |      |     |      | Mittwoch |     |      |      |      | Donnerstag |     |      |     |      | Freitag |     |      |     |      |
|---------------|--------|-----|------|-----|------|----------|-----|------|-----|------|----------|-----|------|------|------|------------|-----|------|-----|------|---------|-----|------|-----|------|
|               |        | Ost | West | R-B | Goms |          | Ost | West | R-B | Goms |          | Ost | West | R-B  | Goms |            | Ost | West | R-B | Goms |         | Ost | West | R-B | Goms |
| 16h45 - 17h00 |        |     |      |     |      |          |     |      |     |      |          |     |      |      |      |            |     |      |     |      |         |     |      |     |      |
| 17h00 - 17h15 |        | F   |      |     |      |          | D3  |      |     |      |          | D2  |      |      |      | D1         | E3  |      |     |      |         |     |      |     |      |
| 17h15 - 17h30 |        | F   |      |     |      |          | D3  |      |     |      |          | D2  |      |      |      | D1         | E3  |      |     |      |         |     |      |     |      |
| 17h30 - 17h45 |        | F   |      | E2  |      |          | D3  | E4   |     | E1   | C        | D2  |      |      |      | D1         | E3  |      |     |      |         |     |      | E2  |      |
| 17h45 - 18h00 |        | F   |      | E2  |      |          | D3  | E4   |     | E1   | C        | D2  |      |      |      | D1         | E3  |      |     |      |         | E1  |      | E2  |      |
| 18h00 - 18h15 | D2     | F   |      | E2  | C    |          | D3  | E4   |     | E1   | C        | D2  |      |      |      | D1         | E3  |      |     |      |         | E1  |      | E2  |      |
| 18h15 - 18h30 | D2     | F   |      | E2  | C    |          | D3  | E4   |     | E1   | C        | D2  |      |      |      | D1         | E3  |      |     |      |         | E1  |      | E2  |      |
| 18h30 - 18h45 | D2     |     |      | E2  | C    |          |     | E4   |     | E1   | C        | V   |      |      |      | Da         |     |      |     |      |         | E1  |      | E2  |      |
| 18h45 - 19h00 | D2     |     |      | E2  | C    |          |     | E4   |     | E1   | C        | V   |      |      |      | Da         |     |      |     |      |         | E1  |      | E2  |      |
| 19h00 - 19h15 | D2     |     |      |     | C    | I        |     | A    |     |      | S        | V   |      |      |      | Da         |     |      |     |      |         |     |      |     |      |
| 19h15 - 19h30 | D2     |     |      | B   | C    | I        |     | A    |     | II   | S        | V   |      | (II) |      | Da         |     |      | A   | B    |         |     |      | II  |      |
| 19h30 - 19h45 |        |     |      | B   |      | I        |     | A    |     | II   | S        |     |      | (II) |      | Da         |     |      | A   | B    |         |     |      | II  |      |
| 19h45 - 20h00 |        |     |      | B   |      | I        |     | A    |     | II   | S        |     |      | (II) |      | Da         |     |      | A   | B    |         |     |      | II  |      |
| 20h00 - 20h15 |        |     |      | B   |      | I        |     | A    | Da  | II   | II       | S   |      |      | (II) |            |     |      | A   | B    |         |     |      | II  |      |
| 20h15 - 20h30 |        |     |      | B   |      | I        |     | A    | Da  | II   | II       | S   |      |      | (II) |            |     |      | A   | B    |         |     |      | II  |      |
| 20h30 - 20h45 |        |     |      | B   |      |          |     |      | Da  | II   | II       |     |      |      | (II) |            |     |      | A   | B    |         |     |      | II  |      |
| 20h45 - 21h00 |        |     |      |     |      |          |     |      | Da  | II   |          |     |      |      |      |            |     |      | A   | B    |         |     |      |     |      |
| 21h00 - 21h15 |        |     |      |     |      |          |     |      | Da  | II   |          |     |      |      |      |            |     |      |     |      |         |     |      |     |      |
| 21h15 - 21h30 |        |     |      |     |      |          |     |      | Da  | II   |          |     |      |      |      |            |     |      |     |      |         |     |      |     |      |
| 21h30 - 21h45 |        |     |      |     |      |          |     |      |     |      |          |     |      |      |      |            |     |      |     |      |         |     |      |     |      |
| 21h45 - 22h00 |        |     |      |     |      |          |     |      |     |      |          |     |      |      |      |            |     |      |     |      |         |     |      |     |      |

## Variante II: Helvetia Arena (Kunstrasen) NICHT verfügbar

|               | Montag |     |      |     |      | Dienstag |     |      |     |      | Mittwoch |     |      |     |      | Donnerstag |     |      |     |      | Freitag |     |      |     |      |
|---------------|--------|-----|------|-----|------|----------|-----|------|-----|------|----------|-----|------|-----|------|------------|-----|------|-----|------|---------|-----|------|-----|------|
|               |        | Ost | West | R-B | Goms |          | Ost | West | R-B | Goms |          | Ost | West | R-B | Goms |            | Ost | West | R-B | Goms |         | Ost | West | R-B | Goms |
| 16h45 - 17h00 |        |     |      |     |      |          |     |      |     |      |          |     |      |     |      |            |     |      |     |      |         |     |      |     |      |
| 17h00 - 17h15 |        | F   |      |     |      |          | D3  |      |     |      |          | D2  |      |     |      | D1         | E3  |      |     |      |         |     |      |     |      |
| 17h15 - 17h30 |        | F   |      |     |      |          | D3  |      |     |      |          | D2  |      |     |      | D1         | E3  |      |     |      |         |     |      |     |      |
| 17h30 - 17h45 |        | F   |      |     |      |          | D3  | E4   |     |      | C        | D2  |      |     |      | D1         | E3  |      |     |      |         |     |      | E2  |      |
| 17h45 - 18h00 |        | F   |      |     |      |          | D3  | E4   |     |      | C        | D2  |      |     |      | D1         | E3  |      |     |      |         |     |      | E2  |      |
| 18h00 - 18h15 | D2     | F   |      |     |      |          | D3  | E4   |     |      | C        | D2  |      |     |      | D1         | E3  |      |     |      |         | E1  |      | E2  |      |
| 18h15 - 18h30 | D2     | F   |      |     |      |          | D3  | E4   |     |      | C        | D2  |      |     |      | D1         | E3  |      |     |      |         | E1  |      | E2  |      |
| 18h30 - 18h45 | D2     |     |      |     |      |          |     | E4   |     |      | C        | V   |      |     |      | Da         |     |      |     |      |         | E1  |      | E2  |      |
| 18h45 - 19h00 | D2     |     |      |     |      |          |     | E4   |     |      | C        | V   |      |     |      | Da         |     |      |     |      |         | E1  |      | E2  |      |
| 19h00 - 19h15 | D2     |     |      |     |      | I        |     | A    |     |      | S        | V   |      |     |      | Da         |     |      |     |      |         |     |      |     |      |
| 19h15 - 19h30 | D2     |     |      |     |      | I        |     | A    |     |      | S        | V   |      |     |      | Da         |     |      |     |      |         |     |      |     |      |
| 19h30 - 19h45 |        |     |      |     |      | I        |     | A    |     |      | S        | B   |      |     |      | Da         |     |      |     |      |         |     |      |     |      |
| 19h45 - 20h00 |        |     |      |     |      | I        |     | A    |     |      | S        | B   |      |     |      | Da         |     |      |     |      |         |     |      |     |      |
| 20h00 - 20h15 |        |     |      |     |      | I        |     | A    | Da  | II   |          | S   | B    |     |      |            |     |      |     |      |         |     |      |     |      |
| 20h15 - 20h30 |        |     |      |     |      | I        |     | A    | Da  | II   |          | S   | B    |     |      |            |     |      |     |      |         |     |      |     |      |
| 20h30 - 20h45 |        |     |      |     |      |          |     |      | Da  | II   |          |     | B    |     |      |            |     |      |     |      |         |     |      |     |      |
| 20h45 - 21h00 |        |     |      |     |      |          |     |      | Da  | II   |          |     | B    |     |      |            |     |      |     |      |         |     |      |     |      |
| 21h00 - 21h15 |        |     |      |     |      |          |     |      | Da  | II   |          |     |      |     |      |            |     |      |     |      |         |     |      |     |      |
| 21h15 - 21h30 |        |     |      |     |      |          |     |      | Da  | II   |          |     |      |     |      |            |     |      |     |      |         |     |      |     |      |
| 21h30 - 21h45 |        |     |      |     |      |          |     |      |     |      |          |     |      |     |      |            |     |      |     |      |         |     |      |     |      |
| 21h45 - 22h00 |        |     |      |     |      |          |     |      |     |      |          |     |      |     |      |            |     |      |     |      |         |     |      |     |      |

- Restliche Trainings fallen aus

- Restliche Trainings fallen aus

- Restliche Trainings fallen aus