

Girls Day Rhein-Ruhr

28. März 2026

Programmübersicht

9.30 h	Eintreffen Betreuer / Trainer
	Einweisung und Aufbau
bis 10.30 h	Eintreffen der Teilnehmerinnen
ca. 10.50 h	Begrüßung (Rouven)
11.00 – 13.00 h	1. Trainingseinheit (3 Gruppen)
	Isabel mit Leo, Nicole, Rouven, Sandra, Sina, Thomas
13.00 – 14.00 h	Mittagessen (Pita gefüllt)
14.00 – 14.15 h	T-Shirt Übergabe (bordeaux)
	Barbara
14.15 – 16.15 h	2. Trainingseinheit
	Isabel mit Leo, Nicole, Rouven, Sandra, Thomas
16.15 – 17.30 h	Erstellung Tischtennis-Reel
	Rouven mit Julia, Leo und Sandra
17.30 – 18.30 h	Abendessen (Pizza)
18.30 – 19.30 h	Tischtennisturnier
19.30 – 20.00 h	Abbau und Verabschiedung (Schwalli)
	Verteilung der Urkunden und Osterhasen
20.00 h	Abholung