

Abteilung Leichtathletik

Trainingsplan (April bis September)

aktualisiert: 03.04.2018

Tag	Gruppe / Mannschaft	Uhrzeit	Ort	Übungsleiter
Montag	AG-Kooperation Emma-Schule	16:00 - 17:30	Städtisches Stadion	Reising Anja
Montag	Aktive und Jugend (m/w) ab U14 Schwerpunkt Hürden	17:30 - 19:00	Städtisches Stadion	Weidelt Lisa
Montag	Lauftraining (m/w) ab U10 bis U20	18:00 - 19:00	Städtisches Stadion	Pannek Klaus
Montag	Wurfgruppe ab U16 bis Aktive	18:00 - 20:00	Städtisches Stadion	Rückert Fiona
Montag	Funktionelle Gymnastik und Lauftraining Aktive und SEN	19:00 - 20:30	Städtisches Stadion	Pannek Klaus
Dienstag	Talentfördergruppe (m/w) 10-13 Jahre	15:30 - 17:00	Städtisches Stadion	Pannek Klaus
Dienstag	Jugend (w/m) 7-12 Jahre	17:00 - 18:30	Städtisches Stadion	Kreutzer Renate Seitz Marcel
Dienstag	Aktive und Jugend (m/w) ab U16	18:30 - 21:00	Städtisches Stadion	Bernhardt Wolfgang Vogel Michael Oger Klaus
Mittwoch	Wurfgruppe ab U16	18:00 - 20:00	KAS (Kraftraum)	Rückert Fiona
Mittwoch	Krafttraining Aktive und Jugend (m/w) ab U16	19:00 - 21:00	KAS (Kraftraum)	König Sascha Hufnagel Tom
Mittwoch	Lauftraining Jugend (m/w) ab U10 bis U20	18:00 - 19:00	Städtisches Stadion	Riedel Dirk
Mittwoch	Jugend (m/w) ab U14 bis U20	18:30 - 20:00	Städtisches Stadion	Dörrhöfer Boris Eckert Andreas
Donnerstag	Aktive und Jugend (m/w) ab U16 bis U20	18:30 - 21:00	Städtisches Stadion	Bernhardt Wolfgang Vogel Michael Zingler Christoph
Freitag	Wurfgruppe ab U16 optional	18:00 - 19:30	KAS (Kraftraum)	Rückert Fiona
Freitag	Talentfördergruppe (m/w) 11-13 Jahre	15:30 - 17:00	Städtisches Stadion	Seibel Lukas Hartel Niclas
Freitag	Talentaufbaugruppe (m/w) 6-11 Jahre	15:30 - 17:00	Städtisches Stadion	Reising Anja Helwig Julia Weidelt Lisa Stergiou Sophia König Isabell Hoja Katharina
Freitag	Leistungsgruppe (m/w) ab U14 bis U20	17:00 - 19:00	Städtisches Stadion	Dörrhöfer Boris
Freitag	Wurfgruppe ab U16	18:00 - 19:30	Städtisches Stadion	Rückert Fiona
Samstag	Wurfgruppe ab U16 optional	15:30 - 17:00	KAS (Kraftraum)	Rückert Fiona
Samstag	Krafttraining Jugend (m/w) und Aktive	15:30 - 17:00	KAS (Kraftraum)	Janning Frank König Sascha