



## Wintertraining 2023/24

Wochentag	von	bis	Gruppe		Ort	verantwortlich
<b>Montag</b>	18:00	19:30	Jugendliche ab U16 (2009 u. älter)	Athletik	MZH ELS	Gerald
	19:00	20:30	Jugendliche und Aktive U16+	Athletik, Wurftraining, Kraft	BSG (ehem. KBS)	Marion, Harry
<b>Dienstag</b>	16:00	17:00	Kinder U8 (Jg. 2017/18)	Kinderleichtathletik	Sporthalle am Solebecken (3-Feld-Halle)	Conni, Claudia, Laura
	16:00	17:00	Kinder U8 (Jg. 2016/17)	Kinderleichtathletik	Sporthalle am Solebecken (3-Feld-Halle)	Emmi, Emelie, Svea
	16:00	17:00	Kinder U8/U10 (Jg. 2016/17)	Kinderleichtathletik	Sporthalle am Solebecken (3-Feld-Halle)	Caro, Roman
	17:00	18:00	Kinder U10 (Jg. 2015/16)	Kinderleichtathletik	Sporthalle am Solebecken (3-Feld-Halle)	Emmi, Emelie, Svea
	17:00	18:00	Kinder U10/U12 (Jg. 2014/15)	Kinderleichtathletik	Sporthalle am Solebecken (3-Feld-Halle)	Kati, Laura, Roman
	17:00	18:15	Kinder U10 (Jg. 2015/16)	KiLa-Team	Sporthalle am Solebecken (3-Feld-Halle) Waldstadion	Jonas, Jan
	17:00	18:15	Schüler*innen U12/U14 (Jg. 2012-14)	Grundlagen	MZH ELS	Gerald
	17:00	19:00	Schüler*innen ab U12 + Jugend	Wurftraining	Waldstadion	Wolfgang, Steffi H.
	18:00	19:00	Eltern / Aktive 30+	Nordic Walking	ab MZH ELS	Steffi, Insa
	18:15	19:45	Schüler*innen U12 (Jg. 2013/14)	Wettkampfgruppe	Sporthalle am Solebecken (3-Feld-Halle) Waldstadion	Jonas
18:15	19:45	Schüler*innen U14 (Jg. 2011/12)	Wettkampfgruppe	Sporthalle am Solebecken (3-Feld-Halle) Waldstadion	Hannah	
18:15	19:45	Schüler*innen U14/U16 (Jg. 2010-12)	Leichtathletik	MZH ELS	Gerald, Karin	
<b>Mittwoch</b>	17:30	19:30	Jugendliche und Aktive U16+	Athletik, Wurftraining	Waldstadion	Marion
	18:00	19:00	Schüler*innen und Jugendliche ab U12	Mittelstrecke	Waldstadion	Harry, Jonas, Christoph S.
<b>Donnerstag</b>	17:00	18:15	Kinder U10 (Jg. 2015/16)	KiLa-Team	BSG-Halle (ehem. KBS)/Waldstadion	Jonas
	17:00	18:30	Schüler*innen U14 (Jg. 2011/12)	WK-Team	BSG-Halle (ehem. KBS)/Waldstadion	Hannah
	18:15	19:45	Schüler*innen U12 (Jg. 2013/14)	WK-Team	BSG-Halle (ehem. KBS)/Waldstadion	Jonas
	17:00	19:00	Schüler*innen ab U12 + Jugend	Wurftraining	Waldstadion	Wolfgang, Steffi H.
	18:30	19:45	Jugendliche und Aktive U16+	Wettkampf	Waldstadion	Harry
	20:00	21:00	Eltern / Aktive 30+	Fitness u. Gesundheit	MZH ELS	Harry, Jo
<b>Freitag</b>	16:00	18:00	Jugendliche und Aktive U16+	Athletik, Wurftraining	Waldstadion	Marion
	18:00	19:00	Schüler*innen ab 10 J.	Spiele	MZH-ELS	Jonas, Christian
	19:00	21:00	Aktive ab 14 J. und Eltern	Spiele	MZH-ELS	Jo
<b>Samstag</b>	10:00	12:00	Jugendliche und Aktive U16+	Wurftraining (nach Vereinb.)	Waldstadion	Marion

Änderungen vorbehalten

Anmerk.: Der Trainingsplan gilt nach den Herbstferien, d.h. ab dem 30.10.2024.