

Sommertraining 2019

Wochentag	von	bis	bis 6 Jahre	U8	U10	U12	U14	U16	U18+	Angebot	Ort	
Montag	16:00	18:00					x	x	x	Wurftraining		
	18:30	20:00				x	x	x	x	Wettkampf-/Techniktraining		
Dienstag	16:00	17:00	x							Kinder bis 6 J.		
	17:00	18:15		x	x					Grundlagen/KILA		
	17:00	18:00	für die wartenden Eltern								mobil&stabil	
	18:00	19:30				x				Wettkampftraining		
	18:00	19:30					x			Grundlagentraining		
	18:00	19:00								Nordic Walking		
	18:00	19:30				x	x	x		Grundlagentraining		
	19:00	20:00	nach Absprache								Sportabzeichen	
Mittwoch	16:00	18:00	nach Absprache					x	x	x	Wurftraining	
Donnerstag	17:00	18:15			x	x				KiLa U10 / U12		
	18:00	19:30				x	x	x		Wettkampftraining		
	18:30	20:00					x	x	x	Wettkampf-/Techniktraining		
	20:00	21:00	nach Absprache								Fitness und Gesundheit	
	20:00	21:00								LA für Erwachsene / JZK		
Freitag	17:30	19:00				x	x			Spiele	MZH-ELS	
	19:00	20:30						x	x	Spieletraining in der Halle	MZH-ELS	
Samstag	16:00	17:00				x	x	x	x	Krafttraining		
	16:00	17:00	nach Aufforderung				x	x	x	x	spez. Lauftraining	

bis 6 Jahre

bis Jahrgang 2012

U8

Jahrgang 2012 und jünger

Kinderleichtathletik

U10

Jahrgang 2010/2011

Kinderleichtathletik

U12

Jahrgang 2008/2009

Kinderleichtathletik und Einzeldisziplinen

U14

Jahrgang 2006/2007

Einzel- und Mehrkampf

U16

Jahrgang 2004/2005

Einzel- und Mehrkampf

U18+

ab Jahrgang 2003

Einzel- und Mehrkampf

wenn nicht anders angegeben: **Waldsportplatz**

*gültig ab 29.04.2019
Änderungen vorbehalten