



Sommertraining 2023

Wochentag	von	bis	Gruppe		Ort	verantwortlich
Montag	18:00	19:30	Jugendliche U16+	Athletik	Waldstadion	Gerald
	18:00	20:00	Aktive U16+	Wettkampf - Kraft, Athletik, Wurf	Waldstadion	Harry, Marion
	18:30	20:00	Schüler*innen U14	Wettkampf Team U14	Waldstadion	Hannah
Dienstag	16:00	17:00	Kinder 5-7 Jahre	Kinderleichtathletik U8	Waldstadion	Jasmin, Emmi
	16:00	17:00	Kinder U8	KiLa Team U8	Waldstadion	Caro, Emelie
	17:00	18:00	Kinder 7-8 Jahre	Kinderleichtathletik U8-U10	Waldstadion	Jasmin, Emelie
	17:00	18:00	Schüler*innen U10	Kinderleichtathletik U10	Waldstadion	Steffi B., Emmi
	17:00	18:15	Schüler*innen U10	KiLa Team U10	Waldstadion	Jonas
	17:00	18:15	Schüler*innen U12	KiLa/Leichtathletik Grundlagen U12	Waldstadion	Gerald, Karin
	18:00	19:00	Schüler*innen ab U12-U18	Wurftraining Nachwuchs U12-U18	Waldstadion	Marion, Steffi H., Wolfgang
	18:00	19:00	Eltern / Aktive 30+	Nordic Walking	ab Waldstadion	Steffi, Insa
	18:15	19:45	Schüler*innen U12	Wettkampf Team U12	Waldstadion	Jonas
	18:15	19:45	Schüler*innen U14	Leichtathletik Grundlagen U14	Waldstadion	Karin, Steffi B.
	19:00	20:30	Schüler*innen U14 - U16	Leichtathletik Grundlagen U14-U16	Waldstadion	Gerald
Mittwoch	17:00	18:00	nach Vereinbarung	Wurftraining Wettkampf	Waldstadion	Marion, Steffi H., Wolfgang
Donnerstag	17:00	18:30	Schüler*innen U12	Wettkampf Team U12	Waldstadion	Jonas
	17:00	18:30	Schüler*innen U14	Wettkampf Team U14	Waldstadion	Hannah
	17:00	19:00	Schüler*innen ab U12-U18	Wurftraining Nachwuchs U12 - U18	Waldstadion	Marion, Steffi H., Wolfgang
	18:30	20:00	Aktive ab U16	Wettkampf U16+	Waldstadion	Harry
	20:00	21:00	Sportler*innen ab 13 Jahre	Vorbereitung Jedermannzehnkampf	Waldstadion	Jo
	20:00	21:00	Eltern / Aktive 30+	Fit und Gesund	Waldstadion	Harry
Freitag	16:30	17:30	Jugendliche und Aktive U16+ und nach Vereinbarung	Wurftraining Wettkampf	Waldstadion	Marion
	17:00	18:00	Schüler*innen U10	KiLa Team U10	MZH-ELS	Jonas
	18:00	19:00	Schüler*innen ab 10 J.	Spiele ab 10 Jahre	MZH-ELS	Jonas, Christian
	19:00	21:00	Aktive ab 14 J. und Eltern	Spiele ab 14 Jahre	MZH-ELS	Jo
Samstag	10:00	12:00	nach Vereinbarung	Wurftraining Wettkampf	Waldstadion	Marion

Änderungen vorbehalten

Anmerk.: Der Trainingsplan gilt ab dem 24.04.2023 (nach den Osterferien).