



# Trainingsplan

(31.08. - 25.10.)

Stand: 31.08.2020

Bereich	Trainingsgruppe	Tag	Trainingszeit	Sportstätte	Übungsleiter
Leichtathletik	Männer/Frauen MJ/WJ U20	Di	18:00 - 20:00	Uni-Sportplatz	Wolfgang Schwedler
		Mi	18:00 - 20:00	Uni-Sportplatz	
		Do	18:00 - 20:00	Uni-Sportplatz	
		Sa	10:00 - 12:00	Uni-Sportplatz	
	Männer/Frauen MJ/WJ U18 - U20	Di	18:00 - 20:00	Uni-Sportplatz	Detlef Kleefeld
		Mi	18:00 - 20:00	Uni-Sportplatz	
		Do	18:00 - 20:00	Uni-Sportplatz	
		Fr	17:00 - 19:00	Uni-Sportplatz	
	WJ/MJ U16/U18 (2003 - 2006)	Fr	17:00 - 19:00	Uni-Sportplatz	Anne Schwedler
	WJ/MJ U14 (2007/2008)	Mo	18:00 - 20:00	Uni-Sportplatz	Johanna Heil, Alexander Apfeld Marita Schulte
		Do	18:00 - 20:00	Uni-Sportplatz	
	WK/MK U12 (2009/2010)	Mo	16:30 - 18:00	Uni-Sportplatz	Annalena Struck, Niels Wittmann, Mara Althoff, Lisa Gilles
		Mi	16:30 - 18:00	Uni-Sportplatz	
WK/MK U10 (2011/2012)	Mo	16:30 - 18:00	Uni-Sportplatz	Mara Althoff, Lisa Gilles	
	Mi	16:30 - 18:00	Uni-Sportplatz		
WK U8 u. MK U8 (2013 und jünger)	Di	16:30 - 18:00	Uni-Sportplatz	Mara Althoff, Lisa Gilles	
Spezielles Technik- und Leistungstraining	Sprint	Do	18.30 - 20.00	Uni-Sportplatz	Tobias Vogt
	Stabhoch M/F	Mi	16:00 - 18:00	Uni-Sportplatz	Wolfgang Mohr
		Fr	16:30 - 18:30	Uni-Sportplatz	
		Sa	11:00 - 13:00	Uni-Sportplatz	
	Mittel- und Langstrecke	Mo	18:00 - 20:00	Uni-Sportplatz	Wolfgang Pötschick
		Mi	18:30 - 20:00	Kemnader See	
		Do	18:00 - 20:00	Uni-Sportplatz	
		Sa	10:30 - 12:30	Weitmarer Holz	
		So	10:00 - 12:00	Kemnader See	
	Laufgruppe MK/WK U12-U14	Fr	16:00 - 17:00	Uni-Sportplatz	Louisa Basner
Mittel- und Langstrecke Senioren	Mo	18:00 - 20:00	Uni-Sportplatz	Peter Mäder	
	Fr	18:00 - 20:00	Uni-Sportplatz		
Breitensport	Eltern-Kind-Turnen (2 - 5 Jahre)	Di	18:00 - 20:00	Hufelandschule	Leonie Domenik, Linda Pollmann
	Eltern-Kind-Turnen (2 - 5 Jahre)	Di	17:00 - 18:00	Hufelandschule	
	Freizeitsport	Mo	20:00 - 21:30	Halle 2 der EKS	Peter Morsbach
	Laufgruppe	Mi	19:00 - 20:00	Kemnader See	
	Wassergymnastik "Goldfische"	Mo	z.Zt. kein Angebot!	Uni-Bad	n.N.
	Er- und Sie- Seniorengruppe	Mi	z.Zt. kein Angebot!	Uni-Gymnastikraum	n.N.
	Sportabzeichenabnahme (auch für Nichtmitglieder!)	Fr	17:00 - 19:00	Uni-Sportplatz	Holger Skibitzki, Christian Osenberg
Gesundheits- sport	Wirbelsäulen-Gymnastik	Di	20:00 - 21:00	z. Zt. als Video-Training	Ilka Koke
	Herzsport (mit Ärztin!)	Fr	17:30 - 19:00	Uni-Sportplatz o. Uni- Halle	Claudia Besser