



Trainingsplan

(ab 01.10.2021)

Bereich	Trainingsgruppe	Tag	Trainingszeit	Sportstätte	Übungsleiter
Leichtathletik	Männer/Frauen MJ/WJ U20	Mo	18:00 - 20:00	Uni-Sportplatz	Wolfgang Schwedler
		Di	17:00 - 19:00		
		Do	18:00 - 20:00		
		Sa	10:00 - 12:00		
	Männer/Frauen MJ/WJ U20 Mehrkampf-Team	Mo + Di	17:30 - 20:00	Uni-Sportplatz	Detlef Kleefeld Kim Brünger
		Mi + Do	18:00 - 20:00		
		Fr	17:00 - 19:00		
		Sa	10:00 - 12:00		
	MJ/WJ U18 (2004/2005)	Mo	17:00 - 19:00	Uni-Sportplatz	Katrin Schöne
		Mi	17:00 - 19:00		
	WJ/MJ U16 (2006/2007)	Mo	18:00 - 20:00	Uni-Sportplatz	Johanna Heil, Alexander Apfeld Marita Schulte
		Do	18:00 - 20:00	Uni-Sportplatz	
	WJ/MJ U14 (2008/2009)	Mi	18:00 - 20:00	Uni-Sportplatz	Johanna Anders
		Fr	18:00 - 20:00	Uni-Sportplatz	
WK/MK U12 (2010/2011)	Mo	16:30 - 18:00	Uni-Sportplatz	Niels Wittmann, Mara Althoff	
	Mi	16:30 - 18:00	Uni-Sportplatz		
WK/MK U10 (2012/2013)	Mo	16:30 - 18:00	Uni-Sportplatz	Annalena Struck, Maxine Decker	
	Mi	16:30 - 18:00	Uni-Sportplatz		
WK U8 u. MK U8 (2014 und jünger)	Di	16:30 - 18:00	Uni-Sportplatz	Mara Althoff, Lisa Gilles, Maxine Decker	
Spezielles Technik- und Leistungstraining	Stabhoch M / F u. MJ/WJ		nur nach Vereinbarung	Uni-Sportplatz	Wolfgang Mohr
	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	Di	18:00 - 20:00	Uni-Sportplatz	Peter Mäder	
	Fr	18:00 - 20:00			
Breitensport	Eltern-Kind-Turnen (2 - 5 Jahre)	Di	16:30 - 17:30	Hufelandschule	Anke Tüselmann
	Freizeitsport	Mo	20:00 - 21:30	Halle 2 der EKS	Peter Morsbach
	Laufgruppe	Mi	19:00 - 20:00	Kemnader See	
	Wassergymnastik "Goldfische"	Mo	ab November	Uni-Bad	n.N.
	Er- und Sie- Seniorengruppe	Mi	16.00 - 17.00 (ab November)	Uni-Gymnastikraum	
	Sportabzeichenabnahme (auch für Nichtmitglieder!)	Fr	17:00 - 19:00	Uni-Sportplatz	Holger Skibitzki, Christian Osenberg
Gesundheits- sport	Wirbelsäulen-Gymnastik	Di	20:00 - 21:30	Graf-Engelbert-Schule	Ilka Koke
	Herzsport (mit Ärztin!)	Fr	17:30 - 19:00	Uni-Sportplatz o. Uni- Halle	Claudia Besser