

## Wintertraining 2024/25

### U10 Jahrgang 2017/16

| Übungsleiter               | Tag        | Uhrzeit       | Ort                 |
|----------------------------|------------|---------------|---------------------|
| Valentina, Julia, Marianne | Montag     | 15:30 - 17:00 | Carl-Orff Turnhalle |
| Evi, Tim                   | Donnerstag | 17:00 - 18:30 | Semptsporthalle     |

### U12 Jahrgang 2014/15/16

|                           |          |               |                     |
|---------------------------|----------|---------------|---------------------|
| Monika, Tina              | Mittwoch | 16:30 - 18:00 | Carl-Orff Turnhalle |
| Kerstin, Steffi           | Mittwoch | 17:30 - 19:00 | Berufsschule        |
| Nadine, Magdalena, Martin | Freitag  | 18:30 - 20:00 | Carl-Orff Turnhalle |

### Jahrgang 2013 + Älter

|                     |          |               |                 |
|---------------------|----------|---------------|-----------------|
| Kerstin, Christian, | Montag   | 16:30 - 18:30 | Semptsporthalle |
|                     | Mittwoch | 16:30 - 18:30 | Semptsporthalle |

### Wettkampfleichtathletik ab 2011 nach Absprache

|                    |         |               |                     |
|--------------------|---------|---------------|---------------------|
| Kerstin, Christian | Freitag | 17:00 - 19:30 | Ludwig-Simmet-Anger |
|--------------------|---------|---------------|---------------------|

### Freizeitgruppe

|  |         |               |  |
|--|---------|---------------|--|
|  | Freitag | 18:30 - 20:00 |  |
|--|---------|---------------|--|

### Wurftraining

|           |  |  |                              |
|-----------|--|--|------------------------------|
| Christian |  |  | Tag & Uhrzeit nach Absprache |
|-----------|--|--|------------------------------|

### Krafttraining

|           |          |               |                         |
|-----------|----------|---------------|-------------------------|
| Christian | Mittwoch | 17:30 - 19:00 | Kraftraum Geräteraum    |
|           | Samstag  | 9:30 - 11:30  | Sepp-Brenninger-Stadion |

### Stabhochsprung

|      |        |               |                 |
|------|--------|---------------|-----------------|
| Alex | Montag | 16:30 - 19:00 | Semptsporthalle |
|------|--------|---------------|-----------------|

### Leistungsgruppe

|                    |         |               |                                 |
|--------------------|---------|---------------|---------------------------------|
| Kerstin, Christian | Freitag | 17:00 - 19:30 | Grundschule Ludwig-Simmet-Anger |
|--------------------|---------|---------------|---------------------------------|

Zusatzangebote (nur mit  
Absprache mit den  
Trainern )

