

LA-Trainingszeiten Sommer 2010 (April bis September)

Aktive/ Jugend/ Schüler A (Jahrgang 96 und älter)

Tag	Uhrzeit	Ort/ Training	Alter	Trainer /-in
Montag	18:00 – 20:00	Sportplatz Schönau (Koordination, Technik, Sprints, etc.)	ab 13 J.	Geli
Dienstag*	18:00 – 20:00	TSV Krafraum/ Bühne (Krafttraining)	ab 16 J.	----
Mittwoch	18:30 – 20:00	Sportplatz Schönau (Sprints, Tempoläufe)	Ab 16 J.	Geli
Freitag	18:00 – 20:00	TSV Tennishalle/ Laufen (Kraft, Ausdauer, diversses)	ab 13 J.	Udo
Sonntag*	10:30 – 12:00	Karlstern (Lauftraining)	ab 13 J.	Geli

* nach Absprache

LA-Trainingszeiten Sommer 2010 (April bis September)

Aktive/ Jugend/ Schüler A (Jahrgang 96 und älter)

Tag	Uhrzeit	Ort/ Training	Alter	Trainer /-in
Montag	18:00 – 20:00	Sportplatz Schönau (Koordination, Technik, Sprints, etc.)	ab 13 J.	Geli
Dienstag*	18:00 – 20:00	TSV Krafraum/ Bühne (Krafttraining)	ab 16 J.	----
Mittwoch	18:30 – 20:00	Sportplatz Schönau (Sprints, Tempoläufe)	Ab 16 J.	Geli
Freitag	18:00 – 20:00	TSV Tennishalle/ Laufen (Kraft, Ausdauer, diversses)	ab 13 J.	Udo
Sonntag*	10:30 – 12:00	Karlstern (Lauftraining)	ab 13 J.	Geli

* nach Absprache