

TRAININGSPLAN WINTER 2018/2019



LG LANGEN

Gültig ab Montag, den 15.10.2018

Leichtathletikgemeinschaft Langen
SSG und TVL
www.lg-langen.de
Stand 28/10/2018

Tag	Uhrzeit	Trainingsgruppe	Trainer/in	Trainingsort
Montag	17:50 - 18:45	Kinder U12 Jg. 2008 - 2009	C. Gullick Elternsupport ¹	Erich-Kästner-Schule
	18:45 - 20:00	Jugend U14/16 Wettkampfgruppe ³ Jg. 2004 - 2007	S. Ellinghausen K. Reuß M. Meister	Erich-Kästner-Schule
	20:00 - 21:30	Jugend U18 und älter Wettkampfgruppe ³	S. Ellinghausen K. Reuß M. Meister	Georg-Sehring-Halle
Dienstag	18:00 - 19:00	Kinder/Jugend U12/U14 Laufgruppe Jg. 2006 - 2009	A. Judt Co-Trainer/in	Treffpunkt Naturfreundehaus Oberer Steinberg
Mittwoch	17:30 - 19:00	KiLa-Liga U10/U12 Wettkampfgruppe ² Jg. 2008-2011	A. Judt S. Bokeloh	Wallschule
	18:30 - 20:00	Jugend U14/U16/U18/U20 Leistungsgruppe ⁴ Jg. 2000 - 2007	S. Ellinghausen K. Reuß	Dreieich-Schule (kleine Halle)
	20:00 - 21:00	Jedermänner/frauen	H. Jähnert	Dreieich-Schule (kleine Halle)
Donnerstag	17:00 - 18:00	Kinder U8 Jg. 2012 - 2013	I. Schmidt P. Vinzenz	Albert- Schweitzer- Schule
	17:30 - 19:00	Kinder U10 Jg. 2010 - 2011	A. Esser- Hergenröther Elternsupport ¹	Albert-Einstein- Schule
	19:00 - 20:30	Jugend U14 und älter Freizeitgruppe ⁵ Jg. 2007 und älter	M. Meister	Albert-Einstein- Schule
	18:15 - 19:45	Senioren/innen	H. Rambow	Dreieich-Schule (kleine Halle)
Freitag	17:00 - 18.30	Jugend U14/16 Wettkampfgruppe ³ Jg. 2004 - 2007	A. Judt S. Bokeloh	Adolf- Reichwein- Schule
Samstag	Ab 10:00	Jugend U16 und älter	M. Meister	SSG Sportplatz und Kraftraum

¹ Es muss mind. ein Elternteil während des gesamten Trainings anwesend sein. Der Elternsupport muss innerhalb der Elternschaft organisiert werden.

² Auf Trainer/inneneinladung – regelmäßige Teilnahme an der KiLa-Liga verpflichtend

³ Voraussetzung Wettkampfgruppe: mind. KM-Teilnahme im Sommer 2018

⁴ Voraussetzung Leistungsgruppe: mind. Top3-Einzel-Platzierung bei KM im Sommer 2018

⁵ Für Athlet/innen ohne Wettkampf-Erfahrungen/-Ambitionen