

TRAININGSPLAN WINTER 2019/2020

Tag	Uhrzeit	Trainingsgruppe	Trainer*in	Trainingsort
Montag	17:50 - 18:45	Kinder U10 KiLa-Gruppe Jg. 2011 - 2012	C. Barbion C. Gullick I. Schmidt	Erich-Kästner-Schule
	18:45 - 20:00	Jugend U14/U16 Wettkampfgruppe ² Jg. 2005 - 2008	K. Reuß M. Meister	Erich-Kästner-Schule
	20:00 - 21:30	Jugend U18 und älter Wettkampfgruppe ²	S. Ellinghausen K. Reuß M. Meister	Georg-Sehring-Halle
Dienstag	18:00 - 19:00	Kinder U10/U12 Laufgruppe Jg. 2009 - 2012	K. Menzel M. Weber	Treffpunkt Naturfreundehaus Oberer Steinberg; ggf. nach Absprache
	18:00 - 19:00	Jugend U14/U16 Laufgruppe (Schnelligkeit/Ausdauer) Jg. 2005 - 2008	S. Bokeloh A. Judt	Treffpunkt Naturfreundehaus Oberer Steinberg; ggf. nach Absprache
Mittwoch	17:30 - 19:00	Kinder U12 KiLa-Gruppe ¹ Jg. 2009 - 2010	K. Menzel M. Weber	Wallschule
	18:30 - 20:00	Jugend U14 und älter Leistungsgruppe ³ ab Jg. 2008	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 KiLa-Gruppe ¹ Jg. 2013 - 2014	P. Vinzenz Elternsupport ⁶	Albert- Schweitzer- Schule
	17:30 - 19:00	Kinder U12 Wettkampfgruppe ⁵ Jg. 2009 - 2010	A. Esser- Hergenröther A. Judt	Albert-Einstein- Schule
	19:00 - 20:30	Jugend U14 und älter Freizeitgruppe ⁴ Ab Jg. 2008	M. Meister	Albert-Einstein- Schule
	18:15 - 19:45	Senioren*innen	H. Graichen	Dreieich-Schule (kleine Halle)
Freitag	17:00 - 18.30	Jugend U14/16 Wettkampfgruppe ² Jg. 2005 – 2008	S. Bokeloh A. Judt	Adolf- Reichwein- Schule
		Für Jg. 2005/2006 n. A. parallel Krafttraining.	S. Ellinghausen K. Reuß	Kraftraum TVL
Samstag	Ab 10:00	Jugend U16 und älter -nach Absprache-	M. Meister	SSG Sportplatz und Kraftraum

¹ Offen für alle Kinder.

² Voraussetzung Wettkampfgruppe: mind. KM-Teilnahme im Sommer 2019

³ Voraussetzung Leistungsgruppe: mind. Top3-Einzel-Platzierung bei KM im Sommer 2019

⁴ Für Athlet*innen ohne Wettkampf-Erfahrungen/-Ambitionen

⁵ Offen für Kinder mit Wettkampfabitionen über KiLa hinaus

⁶ Es muss mind. ein Elternteil während des gesamten Trainings anwesend sein. Der Elternsupport muss selbst organisiert werden.

Gültig ab 14.10.2019