

TRAININGSPLAN WINTER 2025/2026

Gültig ab Montag, den 20.10.2025

Leichtathletikgemeinschaft Langen

SSG und TVL

www.LG-Langen.de

Stand 17/10/2025



Tag	Uhrzeit	Trainingsgruppe	Trainerteam	Trainingsort
Montag	17:50 – 18:45	Kinder U10 Grundlagentraining Jahrgang 2017	F. Heil M. Nastos H. Weiß	Erich-Kästner-Schule
	18:45 – 20:00	Jugend WK U14+ Jahrgänge 2014 und älter	M. Meister	Erich-Kästner-Schule
	20:00 – 20:30	Jugend WK U14+ Jahrgänge 2014 und älter	M. Meister	Kraftraum SSG nach Bedarf
	20:00 – 22:00	Masters Ü35	S. Bokeloh M. Itter	Sportpark Oberlinden Große Halle
Mittwoch	17:00 – 18:00	Kinder U8 KILA-Training Jahrgänge 2019 - 2020	F. Lenz M. Nastos	Geschwister-Scholl-Schule
	17:30 – 18:30	Kinder U10 KILA-Training Jahrgänge 2017 - 2018	F. Heil H. Weiß	Wall-Schule
	18:30 – 20:00	Jugend WK U14+ Jahrgänge 2014 und älter nach Einladung	S. Bokeloh	Dreieichschule (kleine Halle)
Donnerstag	17:30 – 19:00	Kinder U12 Grundlagentraining Jahrgänge 2015 - 2016	A. Esser-Hergenröther J. Lössner	Albert-Einstein-Schule
	18:30 – 20:00	Jugend Freizeit U14+ Jahrgänge 2012 und älter	M. Kripp M. Lau	Dreieichschule (kleine Halle)
Freitag	16:00 – 17:00	Kinder U6 Jahrgänge 2021 - 2022	E. Heiland L. Loch M. Loch	Albert-Einstein-Schule (Gymnastikhalle)
	15:45 – 16:45	Kinder U8 Grundlagentraining Jahrgänge 2019 - 2020	L. Buschjäger F. Heil H. Weiß	Sportpark Oberlinden Einfeldhalle
	17:00 – 18:00	Kinder U10 Grundlagentraining Jahrgang 2018	F. Heil M. Nastos H. Weiß	Sportpark Oberlinden Einfeldhalle
	17:00 – 18:30	Jugend WK U14+ Jahrgänge 2014 und älter nach Einladung	S. Bokeloh	Sportplatz SSG
	17:00 – 18:30	Kinder U12 KILA-Training Jahrgänge 2015 - 2016	D. Lamberti F. Lenz	Adolf-Reichwein-Schule
	18:30 – 20:00	Masters Ü35	S. Bokeloh	Sportplatz SSG
Samstag	11:00 – 12:00	Kinder U10 + U12 Laufgruppe Jahrgänge 2015 - 2018	M. Itter	Naturfreundehaus „Am Steinberg“ oder Sportplatz SSG

!!! Der Wechsel in die neuen Altersklassen gilt erst ab KW46 – also ab dem 10.11.2025 !!!