

LG Salemertal - Wintertrainingszeiten 2018 / 2019 (gültig ab 5. November 2018)

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag | Trainerinnen und Trainer |
|---|--|---|---|---|---|--|--|
| 18:00-20:00 | 18:30-20:00 | 17:00-18:30 | 15:45-17:15 | 16:15-18:00 | 10:30-12:30 | 11:00-13:00 | TS = Tatjana Stöckigt & YS = Yven Stöckigt (07553 / 828508) |
| ab U14 in BZ-Halle bei KF | ab U14 in BZ-Halle bei YS/(TS) | ab U12 im Stadion!!! bei CB | U8-U10 in GF-Halle bei DI | (Training in GF-Halle (nur nach Absprache) | ab U14 im Stadion!!! bei KF/YS (nur nach Absprache) | Krafttraining ab U16 + AK 13 im ÜRC bei YS (nur nach Absprache) | KM = Katrin Möhler (07551 / 938569) |
| | | | 16:30-18:00 U12 in GF-Halle bei KM | | | | DI = Denise Imkenberg (0170 / 7965964) |
| | | | 17:30-19:00 ab U14 in GF-Halle bei KF | | | | CB = Carolin Bruderhofer (0151 / 70842279) |
| | 20:00-22:00 | 19:30-21:30 | 18:30-20:00 | | | | MS = Margreth Schäfer-Wasowicz EW = Eugen Wenzel (07553 / 96910) // (0170 / 3200892) |
| | Fitnessstraining in BZ-Halle bei MS & EW | Krafttraining ab U16 + AK 13 im ÜRC bei YS (nur nach Absprache) | Lauftreff Beginn Stadion bei EW | | | | KF = Kai-Steffen Frank (07553 / 6350) // (0172 / 7254921) |
| Wichtige Infos zum (Kraft-) Training | | | | | | | BZ = Bildungszentrum Salem, |
| Das Krafttraining am Mittwoch und am Sonntag findet traditionell im Kraftraum des ÜRC (Überlinger Ruderclub) statt. | | | | | | | Halle (kleine Halle, Anbau) |
| Die LG Salemertal übernimmt auch in der Saison 2018/2019 die Kosten für die Nutzung des Kraftraums. | | | | | | | |
| Für die Sportlerinnen und Sportler entstehen keine Kosten! | | | | | | | |
| Das Krafttraining findet <u>in Absprache und nach Einweisungen statt!</u> | | | | | | | GF = Graf-Burchard-Halle |
| | | | | | | | in Frickingen |
| Fragen zum Training oder zu Wettkämpfen? Bitte an eine der Trainerinnen oder einen der Trainer wenden. | | | | | | | |