

Wintertrainingsplan der Leichtathleten der LG Brechen**2019/2020 gültig von 01.01.2020 bis 31.03.2020****Stand: 01.01.2020**

Altersangaben ab 2018, die Übergänge der Gruppen sind fließend, bei Terminproblemen kann man sich auch mit einer anderen Gruppe trainieren

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Gruppe: 7 - 12 Jahre (zwei Gruppen) Zeit: 17.00 - 18.00 Uhr Halle: Sportanlage Oberbrechen Trainer: Kerstin Urban, Anna-Lena Rudloff					Gruppe: Wettkampfläufer Trainer: Lars Breuer, Andreas Roth Zeit: ab 8.00 Uhr Treffpunkt: Aldi-Parkplatz Oberbrechen	Gruppe: Nordic-Walker Zeit: nach Vereinbarung Treffpunkt: Schafsbrücke Trainer: Sabine Röder
Gruppe: 5 - 7 Jahre Zeit: 16.30 - 17.30 Uhr Halle: Mehrzweckhalle Trainer: Michaela Schneider, Marion Stillger, Tanja Rohletter, Aliéska Stich, Alexandra Lehmann		Gruppe: 11 - 13 Jahre Trainer: Thomas Heider, Thorsten Schupp Zeit: 16.30 - 18.00 Uhr Halle: Mehrzweckhalle				
Gruppe: 7-10 Jahre Zeit: 17.00 - 18.30 Uhr Halle: Mehrzweckhalle Trainer: Michaela Schneider, Tanja Rohletter, Aliéska Stich, Alexandra Lehmann				Gruppe: 12 Jahre u. älter Trainer: Markus Trost, Thomas Heider, Thorsten Schupp Zeit: 18.00 - 20.00 Uhr Ort: Sportanlage Oberbrechen		
Gruppe: 11 Jahre u. älter Zeit: 17.00 - 18.30 Uhr Halle: TVN-Halle Trainer: Chiara Stillger						
Gruppe: 12-16 Jahre Trainer: Markus Trost , Lothar Trost, Thomas Heider, Thorsten Schupp Zeit: 18.00 - 20.00 Uhr Ort: Sportanlage Oberbrechen		Gruppe: Lauffreife Niederbrechen Ansprechpartnerin: Margit Friedrich Zeit: ab 19.00 Uhr Treffpunkt: TVN-Halle Niederbrechen				
Gruppe: Jugend ab 16 Jahre u. Erwachsene Trainer: Markus Trost Zeit: 20.00 - 22.00 Uhr Ort: Sportanlage Oberbrechen	Gruppe: Jugendliche ab 14 Jahre u. Erwachsene Trainer: Thomas Heider, Thorsten Schupp, Markus Trost Zeit: 20.00 - 22.00 Uhr Halle: Mehrzweckhalle					

Wegen Renovierungsarbeiten ist die Emstalhalle von Beginn der Sommerferien 2019 bis Ende März 2020 geschlossen, daher ergeben sich einige Änderungen der Trainingszeiten bzw. -gruppen (rot).