



Trainingszeiten im Sommer (nach den Osterferien)

Montag

17.00 Uhr bis 18.30 Uhr im Stadion, Schüler/innen Jg. 2011-2006 (Wettkämpfer)

Trainer: Jan-Martin Krafczyk

18.00 Uhr bis 20.00 Uhr im Stadion, ab Jg. 2003

Trainer: Ralf Schachtsiek

Mittwoch

16.45 Uhr bis 18.15 Uhr im Stadion, Schüler/innen Jg. 2011 - 2008

Trainer: Jan-Martin Krafczyk

18.00 -20.00 Uhr im Stadion, Schüler/innen Jg. 2007 - 2004

Trainer: Marco Wolfgramm

18.00 Uhr bis 20.00 Uhr im Stadion, ab Jg. 2003

Trainer: Ralf Schachtsiek

Weitere Trainingstermine nach Absprache!

Stabhochsprungtraining,

Montag 17.00 - 19.00 Uhr im Stadion

Trainer: Heinz-Hermann Hollmann

Krafttraining (nach Absprache)

Trainer: Ralf + Bettina Schachtsiek

Sprint-/Langsprintraining

Montag und Mittwoch 17.15 bis 19.15 Uhr,

Trainerin: Bettina Schachtsiek

Spezialtraining alle Disziplinen

Freitag 16.00 - 19.00 Uhr im Stadion

Trainer: Ralf + Bettina Schachtsiek, Peter Sjoerds

Walking/Nordic-Walking für alle Altersgruppen

Treffpunkt: Parkplatz Sportpark-Waldfrieden

Mittwoch 17.00-18.30 Uhr

Übungsleiterin: Irmgard Fiedler, Tel. 05221/80670

Hinweis: Auf Grund von Wettkämpfen können Trainingszeiten ausfallen oder sich verändern!

Ansprechpartner/in:

Jan-Martin Krafczyk, Tel.: 01792250222 (**Schülertraining**)

Bettina und Ralf Schachtsiek, Tel. 05221/51169 (**Jugend ab 16 Jahre**)