



TRAININGSPLAN LEICHTATHLETIK – WINTER

Erftstadt

Wintertraining nach den Herbstferien bis zu den Osterferien

U8 / U10 / U12 / U14

Tag	Uhrzeit	Ort
Mittwoch	17:00 – 18:30 Uhr	Carl-Schurz Sporthalle - Liblar

U16 und älter (Senioren)

Tag	Uhrzeit	Ort
Montag	18:00 – 20:00 Uhr	Kraftraum Realschule - Liblar
Mittwoch	18:30 – 20:00 Uhr	Carl-Schurz Sporthalle - Liblar
Freitag	18:30 – 20:00 Uhr	Sporthalle am Rotbach Erftstadt/Lechenich

Der ältere Jahrgang einer Trainingsgruppe wechselt nach den Herbstferien in die nächsthöhere Gruppe.

ÜBUNGSLEITER (+ HELFER*INNEN)

Benjamin Frerich, Simon Retzmann, Frank Böhnke

LG Olympia Euskirchen/Erftstadt e.V., Postfach 11 06, 53861 Euskirchen
E-Mail: sportwart@lgolympia.de | Web: www.lgolympia.de