



Leichtathletik

Trainingsplan Winterzeit 2011 / 2012



montags			
Winterzeit	18,00 – 19,00	Parkplatz LKH	Nordic-Walking und Walking
Winterzeit	18,00 – 19,30	Parkplatz LKH	Hürden / Sprint und Mittel Schüler/-innen B/A + w/m Jgd. B/A
Winterzeit	18,00 – 19,00	Parkplatz LKH	Langlauf alle Klassen / Anfänger
mittwochs			
Winterzeit	16,30 – 17,30	Karl-Rieger-Halle	Leichtathletik-AG Schüler/ -innen / Breitensport
Winterzeit	17,00 – 20,00	SH Realschule	Mehrkampf Schülerinnen und Schüler A/B/C - Jgd. B/A
Winterzeit	18,30 – 20,00	Parkplatz LKH	Langlauf – alle Klassen / Anfänger
donnerstags			
Winterzeit	18,00 – 19,15	Parkplatz LKH	Nordic-Walking und Walking
freitags			
Winterzeit	15,00 – 16,30	TH Hauptschule	Bambini-Leichtathletik
Winterzeit	16,30 – 18,00	TH Hauptschule	Mehrkampf Schüler Jg. 2000 - 2004
Winterzeit	16,00 – 17,30	TH Realschule	Mehrkampf Schülerinnen Jg. 2005-2002
Winterzeit	16,00 – 17,30	SH Realschule	Mehrkampf Schülerinnen Jg. 2001- 1999
Winterzeit	17,00 – 19,00	SH Realschule	Mehrkampf Schüler /-innen A/B/C + Jgd.
sonntags			
ganzjährig	10,00 – 11,00	am Sportpark	Langlauf – alle Klassen / Anfänger

Gültig ab Ende der Herbstferien 2011 bis Ostern 2012