

Wöchentlicher Trainingsplan Leichtathletik

Allgemeines

Alle Trainingseinheiten finden auf der TVG-Sportanlage in Rampoldsdorf statt.
 * Nur bei sehr schlechtem Wetter in der jeweils angegebenen Halle

Ansprechpartner

Probetraing jederzeit möglich

Lauf 10: Werner Klinger
 08743-967633

Ansprechpartner

6 -10 Jahre: Agnes Hochneder
hochneder71@web.de

11-15 Jahre: Christine Klinger
 08743-967633; 0179-1164798

ab 16 Jahre + Erwachsene: Tom Schuster
 01714-3272794

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
16:00-17:00 Uhr 10 + 11 Jahre * Große Halle			16:00-17:00 Uhr 6-9 Jahre * Kleine Halle		10:30-12:00 Uhr 12-15 Jahre *Kleine Halle	
17:30-19:00 Uhr 12-15 Jahre * Große Halle			17:00 -18:15 Uhr 10 + 11 Jahre * Große Halle		10:30-12:30 Uhr ab 16 Jahre + Erw. *Große Halle	
17:30-19:30 Uhr ab 16 Jahre + Erw. * Große Halle	17:30-19:30 Uhr ab 16 Jahre + Erw.		17:30-19:00 Uhr 12-15 Jahre			
18:30-19:30 Uhr Lauf 10			17:30-19:30 Uhr ab 16 Jahre + Erw. 18:30-19:30 Uhr Lauf 10			

--	--	--	--	--	--	--