



## Trainingszeiten Leichtathletik in der Hallensaison 2016/2017 (gültig ab 7. November 2016)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Freitag	Samstag
<u>18.00 - 20.00 Uhr</u> Kreissporthalle HCH <b>U14/U16 Förder</b> Sprint, Sprung, Technik Chris Dawes/Thomas Lauer/Jürgen Wassmer	<u>18.00 - 20.00 Uhr</u> Halle Firstwald Möss <b>U18+ Förder</b> Technik Martin Grundmann	<u>16.00 - 17.30 Uhr</u> Jahnhalle Möss <b>U10 Zusatztraining</b> Melanie Kubowski	<u>17.00 - 18.30 Uhr</u> Halle Firstwald Möss <b>U14 Förder</b> Wurf, Sprung, Koordination, Kräftigung Chris Dawes	<u>14.45 - 15.30 Uhr</u> <b>KiLa - U8</b> Halle Firstwald Möss Melanie Kubowski/ Nicole Paull/ Manuela Sprenger	<u>15.30 - 17.00 Uhr</u> <b>KiLa - U10</b> Halle Firstwald Möss Melanie Kubowski/ Nicole Paull/ Manuela Sprenger	<u>10.00 - 11.30 Uhr</u> Ernwiesenstadion <b>U18+</b> Bahntraining (nach Trainingsplan)
<u>18.00 - 20.00 Uhr</u> Kreissporthalle HCH <b>U14/U16 allgemein</b> Dario Ambrosio	<u>18.30 - 19.30 Uhr</u> Ernwiesenstadion <b>U14 allg./Tria</b> Ausdauer, Lauftechnik Timo Zeiler/ Jens Kalmbach	<u>16.00 - 17.30 Uhr</u> Steinlachhalle Möss <b>U14/U16 allgemein</b> Chris Dawes/ Dario Ambrosio	<u>18.30h - 20.00h Uhr</u> Halle Firstwald Möss <b>U16/U18 Förder</b> Zirkel Chris Dawes/ Thomas Lauer	<u>15.45 - 17.15 Uhr</u> Kreissporthalle HCH <b>KiLa - U10</b> <b>LA AG GS und Verein</b> Dario Ambrosio/ Kristina Zinnebner	<u>16.30h - 18.00 Uhr</u> Halle Firstwald Möss <b>U12</b> Melanie Kubowski/ Nicole Paull/ Vera Schiffer	
<u>18.00 - 20.00 Uhr</u> Ernwiesenstadion <b>U18+</b> Sprint, Sprintaus- dauer (nach Trainingsplan)	<u>19.30 - 20.30 Uhr</u> Ernwiesenstadion <b>U16 allg./Tria</b> Ausdauer, Lauftechnik Timo Zeiler/ Jens Kalmbach	<u>17.30 - 18.30 Uhr</u> Bästehardthalle Möss <b>U12 Zusatztraining</b> Stefan Herter	<u>17:30h - 19.00h Uhr</u> Ernwiesenstadion <b>U10/12</b> Lauftraining Volker Nill	<u>17.15 - 19.00 Uhr</u> Kreissporthalle HCH <b>U12</b> <b>LA AG GS und Verein</b> Ole Ahrens/ Kristina Zinnebner/ Michael Zinnebner	<u>18.00h - 19.00 Uhr</u> Halle Firstwald Möss <b>Tria Nachwuchs</b> Athletiktraining Christoph Groß	
<u>nach Vereinbarung</u> Tailfingen <b>U16</b> Stützpunkttraining Martin Grundmann		<u>18.00 - 19.30 Uhr</u> Kreissporthalle HCH Wurf und Speer <b>Förder</b> Clemens Grebner	<u>19.00h - 20.00 Uhr</u> Ernwiesenstadion <b>U18+</b> Bahntraining Markus Strohmaier	<u>19.00 - 21.00 Uhr</u> Halle Firstwald Möss <b>U16/U18 Förder</b> Athletik, Wurf, Sprung Chris Dawes/ Thomas Lauer/ Martin Grundmann	<u>19.00h - 20.00 Uhr</u> Halle Firstwald Möss <b>U16+ allgemein</b> Athletiktraining Christoph Groß	
		<u>19.45 - 21.15Uhr</u> Steinlachhalle Möss Kraftraum <b>U20+ Förder</b> (nach Trainingsplan)		<u>17.00 -18.45 Uhr</u> Steinlachhalle Möss Kraftraum <b>U20+ Förder</b>		