

Trainingszeiten – Sommer 2024

Wettkampfgruppen

Trainingsgruppe	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Sprint/Kurzhürde			nach Absprache (Rüttgers)			
Langsprint/-hürde			nach Absprache (Quasten)			
Wurf			nach Absprache (Kugel, Diskus, Speer: Reimann; Hammer: Penert)			
Lauf			nach Absprache (Krumm)			
Sprung			nach Absprache (Weit/Dreisprung: Quasten; Hochsprung: Mykhalchenko; Stab: Bohr)			
U16			nach Absprache (Sprint/Sprung: Rüttgers; Wurf: Reimann; Stabhoch: Bohr; Lauf: Krumm)			

allgemeine Leichtathletik

ab M/W 30			19:30 – 21:30 Emmerich Stadion		19:30 – 21:30 Emmerich Stadion	
U18 – M/F		18:30 – 20:30 Münker Stadion			18:30 – 20:30 Emmerich Stadion	
U16 (09 – 10)	17:00 – 18:30 Bienemann Stadion				17:00 – 18:30 Bienemann Stadion	

Grundlagentraining

U14 (11 – 12)	17:00 – 18:30 Laschet, Gehre Stadion		17:00 – 18:30 Laschet, Gehre Stadion Auf Einladung		17:00 – 18:30 Laschet, Gehre Stadion	
U12 (13 – 14)		17:00 – 18:30 Schroers, Laschet Stadion		17:00 – 18:30 Schroers, Laschet Stadion		

Kinderleichtathletik

U10 (15 – 16)	15:30 – 17:00 Pilger Stadion 17:00 – 18:30 Janitzki Stadion		15:30 – 17:00 Pilger Stadion	17:00 – 18:30 Janitzki Stadion		
U8 (17 – 18)	15:30 – 17:00 Pütz-Rühle Stadion	15:30 – 17:00 Pütz-Rühle Stadion				