



Leichtathletik- Trainingszeiten Sommer 2024



Gültig ab 25.03.2024

| | | | |
|---|---|--|---|
| Minis Jahrgang 2018 u. 2019 Kinder müssen 5 Jahre alt sein! | Mi 17.45 - 19.00 Uhr | Leichtathletik | Cathrin + Maria + Christian |
| U8 Jahrgang 2017 | Mi 17.45 - 19.00 Uhr Fr 17.45 - 19.00 Uhr | Leichtathletik Leichtathletik | Renata + Annika + Michelle Sebastian |
| U10 Jahrgang 2016 u. 2015 | Mi 17.45 - 19.00 Uhr Fr 17.45 - 19.00 Uhr | Leichtathletik Leichtathletik | Anja + Merit + Titus + Franzi + Christine + Iris Anja + Merit + Titus + Kim |
| U12 Jahrgang 2014 u. 2013 | Mi 17.45 - 19.00 Uhr Fr 17.45 - 19.00 Uhr | Leichtathletik Leichtathletik | Lena + Marie-Sophie + Mara Lena + Marie-Sophie + Mara |
| U14 Jahrgang 2012 u. 2011 | Di 18.50 - 20.15 Uhr Mi 19.00 - 20.15 Uhr Fr 19.00 - 20.15 Uhr | Lauftraining Leichtathletik Leichtathletik | Lothar Lothar + Sophie + Cathrin/Kim Lothar + Sophie + Kim |
| U16 Jahrgang 2010 u. 2009 | Di 18.50 - 20.15 Uhr Mi 19.00 - 20.15 Uhr Fr 19.00 - 20.15 Uhr | Lauftraining Leichtathletik Leichtathletik | Lothar Lothar + Sophie + Cathrin/Kim Lothar + Sophie + Kim |
| ab Jahrgang 2008 + Erwachsene | Mo 19.00 - 20.00 Uhr Mo 19.10 - 20.10 Uhr Di 18.50 - 20.15 Uhr Mi 19.00 - 20.15 Uhr Do 18.30 - 20.00 Uhr Do 19.00 - 20.00 Uhr Fr 19.00 - 20.15 Uhr So 9.30 Uhr | Lauf- und Walking- Treff Skype-Training Lauftraining Leichtathletik Laufrunde Sportabzeichen- Training Leichtathletik Langstrecke * | Manfred + Team Sophie Lothar Lothar + Sophie + Cathrin/Kim Lothar Iris + Kim Lothar + Sophie + Kim Lothar |

Das **Leichtathletik-Training**, das **Lauftraining** und das **Sportabzeichen-Training** finden im Stadion auf der blauen Bahn statt

Der **Lauf- und Walking-Treff** montags trifft sich auf dem Parkplatz beim Schützenhaus/TC Rot

Skype-Training: Mix aus Mobilisation, Kraft, Beweglichkeit & Entspannung - online via Skype - mehr Infos: sophie.zaiss@gmail.com

* vorher Rücksprache mit Lothar Köhler (lkoehler@TSVRot-Leichtathletik.de)