

# Mein Trainingsplan



## Winter-Trainingszeiten

gültig ab 9. November 2015

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag/Sonntag
<b>Schüler 5 - 7 Jahre</b> MLG Halle	17.00 - 18.30 Mirjam Zekanovic Regine Bielefeldt Heiko Drexler		17.00 - 18.30 Mirjam Zekanovic Regine Bielefeldt Heiko Drexler			
<b>Schüler 8/9 Jahre</b> MLG Halle	17.00 - 18.30 Katerina Tougaard Sarah Frietsch Julia Kalbach		17.00 - 18.30 Katerina Tougaard			
<b>Schüler 10/13 Jahre Basic Aumatt</b>	17.30 - 19.00 NN entfällt im Winter		17.30 - 19.00 NN entfällt im Winter			
<b>Schüler 10/11 Jahre Wettkampf</b>	17:45 - 19:15 Claudia Schneider Julia Bossert Schulzentrum		17.30 - 19.00 Claudia Schneider Marek Janus Aumatt		17.15 - 18.45 Claudia Schneider Julia Bossert Aumatt	Wettkämpfe
<b>Schüler 12/13 Jahre Aumatt</b>	17:45 - 19:15 Julia Bossert Claudia Schneider Schulzentrum		17:30 - 19:00 Claudia Schneider Marek Janus Aumatt		17:15 - 18:45 Julia Bossert Claudia Schneider Aumatt	Wettkämpfe
<b>Jugend 14/15 Jahre Basic</b>	18:15 - 20:00 Bernd Hefter Schulzentrum		18:00 - 19:30 freies Training Aumatt			
<b>Wettkampf Training Aumatt</b>	18:00 - 19:45 Adam Domicz	18:00 - 19:45 Adam Domicz M u. M Janus Ina Paaschen	18:00 - 19:45 Marek Janus uW Adam Domicz Ina Paaschen		18:00 - 19:45 Adam Domicz Ina Paaschen Schulzent. 18:00	Wettkämpfe  nominierte Fördergruppe 10/13
<b>Walking Bodyfit</b>	<b>Die besten Trainer - das beste Team</b>			09:00 - 10:00 Barbara Mayer Waldsee- Parkplatz	10:45 - 12:00 Heidrun Rosch Aumatt- Halle	
<b>Fitness</b>		18.00 - 19.30 Lauftraining Stephan Schürer Aumatt	18.00 - 19.30 Gesundheitssport Stephan Schürer alte MLG Halle		18.00 - 19.30 Powertraining Stephan Schürer Aumatt	

