

Trainingsplan Leichtathletik – Winter

Euskirchen



Wintertraining ab den Herbstferien bis zu den Osterferien

U8/10 (M/W 6–9)

Tag	Uhrzeit	Ort	Informationen
Mittwoch	17:00 – 18:30	Emil-Fischer-Halle	

U12/14 (M/W 10–13)

Tag	Uhrzeit	Ort	Informationen
Montag	17:00 – 18:30	Halle Thomas-Eßer-Berufskolleg	Gesperrt aufgrund des Hochwassers 2021.
Dienstag	18:00 – 19:30	Emil-Fischer-Halle	Ersatz für Montag bis Ostern 2022
Donnerstag	18:30 – 20:00	Emil-Fischer-Halle	

U16 und älter

Tag	Uhrzeit	Ort	Informationen
Montag	19:30 – 21:00	Jahnhalle	U16 und älter
Dienstag	19:30 – 21:00	Kraftraum Ohm-Mirgel-Halle	U18 und älter, nach Absprache, 1–1,5 h
Mittwoch	18:30 – 20:00	Erftstadion	U16 und älter
Donnerstag	20:00 – 21:30	Emil-Fischer-Halle	Floorball / Unihockey U16 und älter
Freitag	17:00 – 18:30	Erftstadion / Emil-Fischer-Halle	U16 und älter

Winterlager ab U12: 27. – 31. Dezember

Trainingslager ab U12: meist die ersten 10–11 Tage der Osterferien (ab Samstag)

Übungsleiter (+ Helfer*innen):

U8/10: Hans-Werner Pütz

U12/14: Timm Ody

U16 und älter: Hans-Werner Pütz, Timm Ody, Tobias Kühlkamp

Der älteste Jahrgang einer Trainingsgruppe wechselt bereits ab den Herbstferien in die nächste Gruppe, z.B. U14 (M/W 13) in die U16.

Stand: 5. November 2021