



## Trainingszeiten der LA Spvgg. Herten gültig ab 25.10.2021 bis 08.04.2022



Gruppe	Alter/Inhalt	Tag	Zeit	Trainer/in	Ort
Eltern / Kind	3 - 5 Jahre	Mo	16:00 - 17:00	Petra Gronau	Klaus-Bechtel-Sporthalle
		Mo	17:00 - 18:00		
		Mi	16:00 - 17:00		
		Mi	17:00 - 18:00		
Kinder U8	6 - 7 Jahre	Fr	16:30 - 18:00	Mara Althoff, Simone Sliwinski, Caroline Fiedler	Sporthalle Rosa-Parks-Schule
U10	8 - 9 Jahre	Mo	16:00 - 18:00	Anna Leimann Sarah Leimann	Klaus-Bechtel-Sporthalle
		Mi			Sporthalle Rosa-Parks-Schule
U12	10 - 11 Jahre	Mo	17:30 - 19:30	Ringo Machate Kilian Machate	Sportanlage "Über den Knöchel"
		Mi	17:00 - 18:30		Sporthalle Rosa-Parks-Schule
		Fr	17:00 - 18:30		
U14	12 - 13 Jahre	Mo	17:30 - 19:30	Ringo Machate Kilian Machate	Sportanlage "Über den Knöchel"
		Mi	18:30 - 20:00		Sporthalle Rosa-Parks-Schule
		Fr	18:30 - 20:00		
U16 / U18	14 - 15 Jahre	Di	18:00 - 20:00	Christian Jasberg, Sarah Speier	Sportanlage "Über den Knöchel"
		Mi		Sarah Speier	Sporthalle Rosa-Parks-Schule (Leistungsgruppe)
		Fr		Christian Jasberg	Sporthalle Rosa-Parks-Schule
ab U16, M/F	Wurf spezial ab 15 Jahre	Mo	18:00 - 20:00	Wolfgang Bode	Kraftraum Rosa-Parks-Schule
		Fr			Sporthalle Rosa-Parks-Schule
		So	10:30 - 12:30		Sportanlage "Über den Knöchel"
ab U20, M/F, AK 30+	Leichtathletik für Erwachsene	Mo	18:00 - 20:00	Anja Bergermann, Helmut Gronau	Sportanlage "Über den Knöchel"
		Mi			Sporthalle Rosa-Parks-Schule
		Fr			Sporthalle Rosa-Parks-Schule / Kraftraum
Frauen / Männer	Lauftreff	Mo/Mi/Fr	ab 19:00	Heike Leimann	nach Absprache (Mobil 01573-3139970)
	Walking/Nordic-Walking	Mi/Fr	ab 19:15	Silvia Goronzy-Lütkenhaus	nach Absprache (Mobil 0177-5461935)
Frauen / Männer	Fitness/Spiel	Mi	20:00 - 22:00	Petra Gronau	Klaus-Bechtel-Sporthalle
Frauen / Männer	Walking/Nordic-Walking	Mo / Mi / Fr	16:00 - 17:30	Hans Wollschläger	Sportanlage Paschenberg
		So	10:00 - 11:30		
Männer	Athletik / Spiel	Fr	18:00 - 20:00	Georg Petrat	Sporthalle Herten Mitte
	Freizeitsportkreis	Mo	20:00 - 22:00	Manfred Bittner	Sporthalle Grundschule In der Feige, In der Feige 192
Senioren/innen	Gymnastik / Spiel	Mo	18:30 - 20:00	Hans Wollschläger	Knappenhalle (Hallenteil 1)
		Mo	18:30 - 20:00	Siegfried Reich (Tischtennis)	Knappenhalle (Hallenteil 2)
		Mi	18:30 - 20:00	Guido Schroer	Knappenhalle (Hallenteil 1+2)
Frauen	Gymnastik	Di	16:30 - 18:30	Helga Rudkowski	Turnhalle Goetheschule
	Gymnastik / Spiel	Do	20:00 - 22:00	Petra Kentschke	Klaus-Bechtel-Sporthalle
	Gymnastik	Mo	20:00 - 22:00	Silvia Goronzy-Lütkenhaus	Sporthalle Grundschule In der Feige