



Trainingszeiten LA Spvgg. Herten Sommer 01.04. - 30.09.2023



Gruppe	Alter/Inhalt	Tag	Zeit	Trainer/in	Ort
Eltern / Kind	3 - 5 Jahre	Mo	16:00 - 17:00	Petra Gronau	Klaus-Bechtel-Sporthalle, Fritz-Erler-Str.
			17:00 - 18:00		
		Mi	16:00 - 17:00		
			17:00 - 18:00		
Kinder U8 (Bambinis)	6 - 7 Jahre	Fr	16:30 - 18:00	Mara Althoff, Simone Sliwinski, Carolin Fiedler	Sportanlage Über den Knöchel, Fritz-Erler-Str. 2a
U10	8 - 9 Jahre	Mo	16:00 - 18:00	Anna Leimann	Sportanlage Über den Knöchel, Fritz-Erler-Str. 2a
		Mi		Sarah Leimann	
U12	10 - 11 Jahre	Mo	17:30 - 19:30	Ringo Machate Kilian Machate	Sportanlage Über den Knöchel, Fritz-Erler-Str. 2a
		Mi	17:00 - 18:30		
		Fr	17:00 - 18:30		
U14	12 - 13 Jahre	Mo	17:30 - 19:30	Ringo Machate Kilian Machate	Sportanlage Über den Knöchel, Fritz-Erler-Str. 2a
		Mi	18:00 - 20:00		
		Fr	18:00 - 20:00		
U16 / U18	14 - 17 Jahre	Di	18:00 - 20:00	Sarah Speier	Sportanlage Über den Knöchel, Fritz-Erler-Str. 2a
		Mi			
		Fr			
ab U16	Wurf spezial ab 15 Jahre	Mo	18:00 - 20:00	Wolfgang Bode	Sportanlage Über den Knöchel, Fritz-Erler-Str. 2a;
		Mi			Kraftraum o. Werferplatz (nach Absprache)
		Fr			
		So			10:30 - 12:30
ab U20, M/F, AK 30+	Leichtathletik für Erwachsene	Mo	18:00 - 20:00	Helmut Gronau Anja Bergermann	Sportanlage Über den Knöchel, Fritz-Erler-Str. 2a
		Mi			
		Fr			
Frauen / Männer	Lauftreff	Mo/Mi/Fr	ab 19:00	Heike Leimann	Sportanlage Über den Knöchel, Fritz-Erler-Str. 2a nach Absprache (Mobil 01573-3139970)
	Nordic Walking m. Gymnastik	Di	18:00 - 20:00		
Frauen / Männer	Fitness/Spiel	Mi	20:00 - 22:00	Petra Gronau	Klaus-Bechtel-Sporthalle, Fritz-Erler-Str.
	Sportabzeichen	Fr	18:00 - 20:00		ab 12. Mai auf der Sportanlage Über den Knöchel, Fritz-Erler-Str. 2a
Frauen / Männer	Walking/Nordic-Walking	Mo/Mi/Fr	16:00 - 17:30	Hans Wollschläger	Sportanlage Paschenberg, Paschenbergstr. 65
		So	10:00 - 11:30		
Männer	Athletik / Spiel	Fr	18:00 - 20:00	Georg Petrat	Turnhalle Theodor-Heuss-Schule, Vitusstr. 9-11
	Tischtennis	Mo	17:30 - 19:30	Siegfried Reich	Knappenhalle (Hallenteil 2), Paschenbergstr. 97
	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	Petra Gronau	Knappenhalle (Hallenteil 1)
		Mi	18:30 - 20:00	Hans Wollschläger	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