



Trainingszeiten der LA Spvgg. Herten gültig ab 01.10.2023 bis 31.03.2024



Gruppe	Alter/Inhalt	Tag	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, Carolin Fiedler	Sporthalle Rosa-Parks-Schule
U10	8 - 9 Jahre	Mo	16:00 - 18:00	Anna Leimann Sarah Leimann	Sporthalle Rosa-Parks-Schule
		Mi			
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	18:00 - 20:00		Sporthalle Rosa-Parks-Schule
		Fr	18:00 - 20:00		
U16 / U18	14 - 17 Jahre	Di	18:00 - 20:00	Sarah Speier	Sportanlage "Über den Knöchel"
		Mi			Sporthalle Rosa-Parks-Schule
		Fr			Sportanlage "Über den Knöchel"
ab U16, M/F	Wurf spezial ab 15 Jahre	Mo	18:00 - 20:00	Wolfgang Bode	Kraftraum Rosa-Parks-Schule
		Fr			Kraftraum/Sporthalle Rosa-Parks-Schule
		So			10:30 - 12:30
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 nach Absprache
		Fr			Sporthalle/Kraftraum Rosa-Parks-Schule
Frauen / Männer	Laufgruppe	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
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	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
		Mi	18:30 - 20:00	Hans Wollschläger	Knappenhalle
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

Auskunft erteilt: Anja Bergermann, Tel. 0151-15101530

Stand: Oktober 2023