



## Trainingszeiten der LA Spvgg. Herten gültig ab 01.10.2024 bis 31.03.2025



Gruppe	Alter/Inhalt	Tag	Trainer/in	Ort	
<b>U6</b> (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		
<b>U8</b>	6 - 7 Jahre	Fr	16:30 - 18:00	Simone Sliwinski, Carolin Fiedler	Sporthalle Rosa-Parks-Schule
<b>U10</b>	8 - 9 Jahre	Mo	16:00 - 18:00	Anna Leimann Sarah Leimann	Sporthalle Rosa-Parks-Schule
		Mi			
<b>U12</b>	10 - 11 Jahre	Mo	17:30 - 19:30	Ringo Machate Kilian Machate	Sportanlage Paschenberg, Paschenbergstr. 54
		Mi	17:00 - 18:30		Sporthalle Rosa-Parks-Schule
		Fr	17:00 - 18:30		
<b>U14</b>	12 - 13 Jahre	Mo	17:30 - 19:30	Ringo Machate Kilian Machate	Sportanlage Paschenberg, Paschenbergstr. 54
		Mi	18:00 - 20:00		Sporthalle Rosa-Parks-Schule
		Fr	18:00 - 20:00		
<b>U16 / U18</b>	14 - 17 Jahre	Di	18:00 - 20:00	Sarah Speier	Sportanlage Paschenberg, Paschenbergstr. 54
		Mi	18:00 - 20:00		Sporthalle Rosa-Parks-Schule
		Fr	16:30 - 18:00		Sportanlage Paschenberg, Paschenbergstr. 54
<b>ab U16, M/F</b>	Wurf speziell ab 15 Jahre	Mo	18:00 - 20:00	Wolfgang Bode	Kraftraum Rosa-Parks-Schule
		Mi			Kraftraum Rosa-Parks-Schule
		Fr			Sporthalle Rosa-Parks-Schule
<b>ab U20, M/F, AK 30+</b>	Leichtathletik für Erwachsene	Mo	18:00 - 20:00	Anja Bergermann, Helmut Gronau	Sportanlage Paschenberg, Paschenbergstr. 54
		Mi			Sporthalle Rosa-Parks-Schule (nach Absprache)
		Fr			Sporthalle/Kraftraum Rosa-Parks-Schule
<b>Frauen / Männer</b>	Lauffreiw	Di / Do	ab 19:00	Heike Leimann	Anmeldung 01573-3139970 / Treffpunkt: Sportplatz Disteln
	Nordic-Walking	Mi	18:00 - 19:00		Anmeldung 01573-3139970 / Treffpunkt: Goetheschule
	Gymnastik	Mi	19:00 - 20:30		Turnhalle Goetheschule, Josefstr. 92
<b>Frauen / Männer</b>	Fitness/Spiel	Mi	20:00 - 22:00	Petra Gronau	Klaus-Bechtel-Sporthalle
<b>Männer</b>	Athletik/Spiel	Fr	18:00 - 20:00	Georg Petrat	Turnhalle Theodor-Heuss-Schule, Vitusstr. 9-11
	Freizeitsportkreis	Mo	20:00 - 22:00	Manfred Bittner	Sporthalle Grundschule In der Feige, In der Feige 192
<b>Senioren/innen</b>	Gymnastik/Spiel	Mo	18:30 - 20:00	Petra Gronau	Knappenhalle
		Mi	18:30 - 20:00	Guido Schröder	
	Gymnastik	Mo	20:00 - 22:00	Silvia Goronzy-Lütkenhaus	Sporthalle Grundschule In der Feige

Auskunft erteilt: Anja Bergermann, Tel. 0151-15101530

Stand: Januar 2025