

Sommer-Trainingsplan für das Gruppentraining (gültig ab 17. April 2023)



Leichtathletik, Lauf- & Walking Treffs und Sportabzeichen

Gruppe	Trainingszeiten der Leichtathletik-Abteilung (Sommerplan)	Übungsleiter/ Ansprechpartner
Kinder U10/U08	Freitag 15 bis 16.15 Uhr im Ravensberger Stadion	Tobias Limberg & Werner Ahlemeyer
Schüler*innen U14/U12/U10 (U16)	Donnerstag 16.30 bis 18 Uhr im Ravensberger Stadion Freitag 16.15 bis 17.30 Uhr im Ravensberger Stadion	Antje Strothmann
Jugend U18/U16/U14	Mo, Mi 17 bis 19 Uhr, Fr 16.30 bis 18.30 Uhr im Ravensberger Stadion	Igor Rebkalov
Erwachsene Bahntraining	Mittwoch ab 18.30 Uhr im Ravensberger Stadion	Franz Dammann-Kölsch
Einsteiger-Laufkurs	Mittwoch 18:30 Uhr Freitag 17:30 Uhr ab Ravensberger Stadion (vom 28. April bis 16. Juni 2023)	Carsten Voelz (& Team der Lauf-Treff- Betreuer)
Lauf-Treff	Mittwoch ab 18.30 Uhr ab Ravensberger Stadion (mit Betreuung) Freitag ab 18.30 Uhr ab Ravensberger Stadion (offener Treff, ohne Betreuung) „Sonntagsrunde“: 9.30 Uhr – abwechselnd in Borgholzhausen/ Ravensberger Stadion siehe www.lcsolbad.de)	
Walking-Treff	Dienstag 9.30 Uhr – Treffen am Stadion (oder nach Absprache) Mittwoch ab 19 Uhr – Treffen am Stadion	Birgitt Lange
Sportabzeichen (für die ganze Famiie)	Ab 28. April 2023 Freitag 17.15 bis 19 Uhr im Ravensberger Stadion	Wilhelm Habighorst
<p><u>Auskünfte:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • LC-Vorsitzende: Antje Strothmann antje@sspin.de 015775882693 • Geschäftsstelle: LC Solbad Ravensberg, Freistraße 3, 33289 Borgholzhausen info@lcsolbad.de. Homepage: www.lcsolbad.de 		