

Trainingszeiten Wintertraining 2025/26

Name: _____

Montag:

Trainer / Hauptverantwortung:

- | | | | |
|--------------------------|-------------------|-----------------|-------------------------------|
| <input type="checkbox"/> | 16.15 – 17:30 Uhr | „kleine Gruppe“ | Tim Seifert, Antonia Oetzel |
| <input type="checkbox"/> | 17.30 – 19:00 Uhr | „große Gruppe“ | Florian Fleischer, Maike Link |
| <input type="checkbox"/> | 16:30 – 18 Uhr | Kraftraum | Jens Sarnes, Rene Kalkbrenner |

Mittwoch:

- | | | | |
|--------------------------|-------------------|-----------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> | 16.30 – 18:00 Uhr | „kleine Gruppe“ | Matthias Zapel, Jugendtrainer |
| <input type="checkbox"/> | 18.00 – 19:30 Uhr | „große Gruppe“ | Andre Pietzsch, Antonia Oetzel |
| <input type="checkbox"/> | 16:30 – 18 Uhr | Kraftraum | Jens Sarnes |

Freitag:

- | | | | |
|--------------------------|-------------------|-----------------|----------------------------|
| <input type="checkbox"/> | 17.00 – 18.30 Uhr | „kleine Gruppe“ | Tim Seifert, Emily Breidel |
| <input type="checkbox"/> | 18.30 – 20:00 Uhr | „große Gruppe“ | Florian Fleischer |
| <input type="checkbox"/> | 16:30 – 18:00 Uhr | Kraftraum | Rene Kalkbrenner |

Sonntag:

- | | | | |
|--------------------------|-------------------|--------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> | 10.00 – 11.00 Uhr | Lauftraining | Thomas Fiedler, Alexander Schmidt |
|--------------------------|-------------------|--------------|-----------------------------------|

Stand: 01.10.2025

