



Leichtathletik- Trainingszeiten Sommer 2025



Gültig ab 01.04.2025

Minis Jahrgang 2019 u. 2020 Kinder müssen 5 Jahre alt sein!	Mi 17.45 - 19.00 Uhr	Leichtathletik	Cathrin + Maria + Christian
U8 Jahrgang 2018	Mi 17.45 - 19.00 Uhr Fr 17.45 - 19.00 Uhr	Leichtathletik Leichtathletik	Renata + Annika + Michelle Sebastian
U10 Jahrgang 2017 u. 2016	Mi 17.45 - 19.00 Uhr Fr 17.45 - 19.00 Uhr	Leichtathletik Leichtathletik	Lena + Marie-Sophie Lena + Marie-Sophie
U12 Jahrgang 2015 u. 2014	Di 18.00 - 19.00 Uhr Mi 17.45 - 19.00 Uhr Fr 17.45 - 19.00 Uhr	Techniktraining (MFH) Leichtathletik Leichtathletik	Anja + Kim Anja + Titus + Franz Anja + Titus + Kim
U14 Jahrgang 2013 u. 2012	Di 18.50 - 20.15 Uhr Mi 19.00 - 20.15 Uhr Fr 19.00 - 20.15 Uhr	Lauftraining Leichtathletik Leichtathletik	Lothar Lothar + Cathrin + Kim Lothar + Kim
U16 Jahrgang 2011 u. 2010	Di 18.50 - 20.15 Uhr Mi 19.00 - 20.15 Uhr Fr 19.00 - 20.15 Uhr	Lauftraining Leichtathletik Leichtathletik	Lothar Lothar + Cathrin + Kim Lothar + Kim
ab Jahrgang 2009 + Erwachsene	Mo 19.00 - 20.00 Uhr Mo 19.10 - 20.10 Uhr Di 18.50 - 20.15 Uhr Mi 19.00 - 20.15 Uhr Do 18.30 - 20.00 Uhr Do 19.00 - 20.00 Uhr Fr 19.00 - 20.15 Uhr So 9.30 Uhr	Lauf- und Walking- Treff Skype-Training Lauftraining Leichtathletik Laufrunde Sportabzeichen- Training Leichtathletik Langstrecke *	Manfred + Team Sophie Lothar Lothar + Cathrin + Kim Lothar Iris + Kim Lothar + Kim Lothar

Das **Leichtathletik-Training**, das **Lauftraining** und das **Sportabzeichen-Training** finden im Stadion auf der blauen Bahn statt

Der **Lauf- und Walking-Treff** montags trifft sich auf dem Parkplatz beim Schützenhaus/TC Rot

Skype-Training: Mix aus Mobilisation, Kraft, Beweglichkeit & Entspannung - online via Skype -
mehr Infos: sophie.zaiss@gmail.com

* vorher Rücksprache mit Lothar Köhler (lkoehler@TSVRot-Leichtathletik.de)