

Gruppe	Disziplin	Treffpunkt	Uhrzeit (ca.)	Wochentag und Datum								
				Do 7.6.	Mo 11.6.	Do 21.6.	Mo 25.6.	Do 5.7.	Mo 9.7.	Do 19.7.	Mo 23.7.	
1 Ausdauer	3.000 m Lauf	Stadion	18:30	Do 7.6.	Mo 11.6.	Do 21.6.	Mo 25.6.	Do 5.7.	Mo 9.7.	Do 19.7.	Mo 23.7.	
1 Ausdauer	800 m Lauf	Stadion	19:00	Do 7.6.	Mo 11.6.	Do 21.6.	Mo 25.6.	Do 5.7.	Mo 9.7.	Do 19.7.	Mo 23.7.	
3 Schnelligkeit	30, 50 und 100 m Lauf	Stadion	19:15	Do 7.6.	Mo 11.6.	Do 21.6.	Mo 25.6.	Do 5.7.	Mo 9.7.	Do 19.7.	Mo 23.7.	
2 Kraft	Medizinball (2 kg)	Stadion	18:30	Do 7.6.	Mo 11.6.	Do 21.6.	Mo 25.6.	Do 5.7.	Mo 9.7.	Do 19.7.	Mo 23.7.	
2 Kraft	Schlagball (80 gr)	Stadion	18:45	Do 7.6.	Mo 11.6.	Do 21.6.	Mo 25.6.	Do 5.7.	Mo 9.7.	Do 19.7.	Mo 23.7.	
2 Kraft	Wurfball (200 gr)	Stadion	18:45	Do 7.6.	Mo 11.6.	Do 21.6.	Mo 25.6.	Do 5.7.	Mo 9.7.	Do 19.7.	Mo 23.7.	
4 Koordination	Schleuderball 1 kg	Stadion	19:30	Do 7.6.	Mo 11.6.	Do 21.6.	Mo 25.6.	Do 5.7.	Mo 9.7.	Do 19.7.	Mo 23.7.	
4 Koordination	Hochsprung	Stadion	19:00	Mo 4.6.	Do 14.6.	Mo 18.6.	Do 28.6.	Mo 2.7.	Do 12.7.	Mo 16.7.	Do 26.7.	
4 Koordination	Weitsprung	Stadion	18:45	Mo 4.6.	Do 14.6.	Mo 18.6.	Do 28.6.	Mo 2.7.	Do 12.7.	Mo 16.7.	Do 26.7.	
2 Kraft	Standweitsprung	Stadion	18:30	Mo 4.6.	Do 14.6.	Mo 18.6.	Do 28.6.	Mo 2.7.	Do 12.7.	Mo 16.7.	Do 26.7.	
4 Koordination	Seilspringen	Stadion	19:30	Mo 4.6.	Do 14.6.	Mo 18.6.	Do 28.6.	Mo 2.7.	Do 12.7.	Mo 16.7.	Do 26.7.	
2 Kraft	Kugelstoßen (2 kg bis 7,26 kg)	Stadion	19:15	Mo 4.6.	Do 14.6.	Mo 18.6.	Do 28.6.	Mo 2.7.	Do 12.7.	Mo 16.7.	Do 26.7.	
2 Kraft	Steinstoßen (5 kg - 15 kg)	Stadion	19:15	Mo 4.6.	Do 14.6.	Mo 18.6.	Do 28.6.	Mo 2.7.	Do 12.7.	Mo 16.7.	Do 26.7.	
3 Schnelligkeit	Gerätturnen	Sporthalle	n.V.									
2 Kraft	Gerätturnen	Sporthalle	n.V.									
4 Koordination	Gerätturnen	Sporthalle	n.V.									
1 Ausdauer	Dauer-/Geländelauf	Stadion	n.V.									
1 Ausdauer	10 km Lauf	Stadion	n.V.									
1 Ausdauer	7,5 km Nordic Walking / Wandern	Stadion	n.V.									
1 Ausdauer	200, 400 und 800 m Schwimmen	Wellenberg	Termine werden noch bekannt gegeben									
3 Schnelligkeit	25 m Schwimmen	Wellenberg	Termine werden noch bekannt gegeben									
1 Ausdauer	Radfahren (5 km, 10 km, 20 km)	Startplatz	ca. 10:00 Uhr	Samstag 23. Juni und bei Bedarf Samstag 14. Juli								
3 Schnelligkeit	200 m Radfahren (fl. Start)	Startplatz	09:30 Uhr	Samstag 23. Juni und bei Bedarf Samstag 14. Juli								

In den Schulferien findet kein Training und keine Abnahme statt!