

Zeitplan Ferientraining ab KW27-KW32 mittwochs und freitags

Training am Mittwoch Gruppe 1-2 und Gruppe 4-7

Gruppe 1 **Matthias**, Arved, Pina, Marie, Mieke, Celia, Laila, Luise, Mila
2.Trainingszeit: Frida, Pepe, Heere oder Ronny

Gruppe 2 **Sven**, Weihang, Anton, Igor, Petru, Felix, Jolan, Emre
2.Trainingszeit: Basti, Björn, Leo, Moctare

Gruppe 1	17:50 – 19:50 Uhr	18:00 Uhr Training in Zone 1 und 4 oder Laufen im Park nach Kapazität	(Matthias)
Gruppe 2	18:00 – 20:00 Uhr	18:10 Uhr Training in Zone 1 und 4 oder Laufen im Park nach Kapazität	Sven

Gruppe 4 **Jutta**, Maxi, Polly, Malinka, Antonia, Henri B., Kimoni, Milan, Livia

Gruppe 5 **Pina**, Louis, Fabio, Lianne, Luzie, Ida 2.Trainingszeit: Max, Franz, Loris, Jonatan R.

Gruppe 6 **Benny**, Ole, Titus, Bruno A., Edgar, Florian, Henrik, Mateo, Phillipp

Gruppe 7 **Kathrin**, Klara, Ada, Lukas, Ben, Mari, Lavendel, Kimberly, Marlene
2.Trainingszeit: Ines, Elias S., Sara S.

Mittwoch	Warm Up	Weitspr.	Lauf	Wurf	Abschluss	Platz verl.	Zeitplan/Leitung
Gruppe 4/5	16:40	16:55	17:10	17:25	17:40	17:50	16:30 – 17:50 Uhr
F1 / K1	Zone 1	Zone 2	Zone 3	Zone 4			Jutta, Pina, Malin
Gruppe 6/7	17:10	17:25	17:40	17:55	18:10	18:20	17:00 – 18:20 Uhr
F2 / K2	Zone 1	Zone 2	Zone 3	Zone 4			Benny, Pepe, Kathrin

Training am Freitag Gruppe 8-15

Gruppe 8 **Eltern**, Seraphina, Mattea +1, Ines, Sara S., Elias S., Josephine, Lora + 1
2.Trainingszeit: Ole

Gruppe 8b **Lutz**, Quinn, Ernst Otto, Milla, Edda, Aaron, Carla, Josefine, Lois
2.Trainingszeit: Livia

Gruppe 9 **Noemi**, Jonathan Q., Viki, Lio, Calle, Jakob, Milosh, Arthur
2.Trainingszeit: Ida, Luzie, Kimberly

Gruppe 10 **Pina**, Jonatan R., Franz, Loris, Max S., *Greta W., Sarah Gu., Katharina (Matteo W., Yannic, Paul, Emil, Max H., Frieda u. Sara G)* 2.Trainingszeit: Fabio

Gruppe 12 **Lutz**, Elias M., Nuyan, Nittay, Jan, Jason, Simon, Jonas, Matti
2.Trainingszeit: Henrik, Mateo, Phillipp

Gruppe 13 **Laufftreff**, Björn, Ivonne, Petra, Igor, Emre, Linus?,
2.Trainingszeit: Sven

Gruppe 14 **Basti / Laila**, Esther, Franziska, Penelope, Sonny, Konrad, Oskar, Wissam
2.Trainingszeit: Luise, Marie, Mike, Celia

Gruppe 15 vakant/ **Anicó**, Malin, Johanna, Frida, Bruno P., Greta Sp., Gustav, Hugo, Mila
2.Trainingszeit: Anton, Weihang

Gruppe/Zeit	Aufwärmzone	Trainingsbereich	Leitung
Gruppe 8/8b 16:30 – 17:50 Uhr	16:40 Uhr Zone 1	17:10-17:40 Uhr Zone 2 / F1 / K1	Eltern / Lutz
		Zone 3 und 4 nach Kapazität	Noemi
Gruppe 9/10 17:00 – 18:20 Uhr	17:10 Uhr Zone 1	17:40-18:10 Uhr Zone 2 / F1 / K1	Noemi / Pina
Gruppe 12 17:45 – 19:05 Uhr	17:55 Uhr Zone 1	18:25-18:55 Uhr Zone 2 / F2 / K2 !	Eltern / Lutz
Gruppe 13 18:00 – 19:20 Uhr	18:10 Uhr Zone 3	18:40-19:10 Uhr Zone 4 / F1 / K1	<i>Laufftreff</i>
Gruppe 14/15 18:15 – 19:35 Uhr	18:25 Uhr Zone 1	18:55-19:25 Uhr Zone 2 / F2 / K2	Basti / Laila
		Zone 3 und 4 nach Kapazität	allein / Anicó