



## BT-LA/OL Trainingszeiten Sommer 2024 KW36-42

### Sommersaison:

Bitte beachtet die aktuellen Trainingshinweise, unter: [www.BT-LA.de](http://www.BT-LA.de)

Die Altersangaben sind nur ein grober Richtwert, die Gruppeneinteilung erfolgt je nach Trainingsumfang, ~erfahrung, ~zielen, Wünschen, passend zu den Freunden\*innen oder je nach Kapazitäten ;)

Liebe Grüße vom BT-LA-Team

### Training am Montag

Zeit: 18:00-19:30 Uhr **Lauftreff & offener Platz** mit Sven & Jan

Gruppe: für Erwachsene und Jugendliche

Treffpunkt: Willy-Kressmann-Stadion & mit bitte um Absprache.

Zeit: 18:00-19:30 Uhr **Orientierungslauf & Lauftraining** BT-OLè-Team

Gruppe: für Fortgeschrittene

Standort: wechselnde Orte & verschiedene Trainingsverantwortliche. Orga/ Ronny.

**Treppentraining** in Gropiusstadt, an verschiedenen Wochentagen. Orga/ Arved.

### Training am Mittwoch

mit Kathrin, Ida & Claudia (Sebastian, Anicó, Noemi)

Treffpunkt: Willy-Kressmann-Stadion

Zeit: 16:30-17:30 **LA Kindertraining U8** (+ freies Spiel)

Gruppe: für Kinder ca. 6-7 Jahre

Zeit: 16:30-17:30 **LA Training** (+ 20 min Kinder Lauftreff)

Gruppe: **Schul AG "Leichtathletik/Orientierungslauf"**

Zeit: 16:30-18:00 **LA Kindertraining U10/ U12**

Gruppe: für Kinder ca. 8-11 Jahre

Zeit: 17:00-18:30 **LA Jugendtraining U14/ U16**

Gruppen: für Kinder & Jugendliche ca. 12-16 Jahre

Zeit: 17:00-18:30 **LA Training U16 bis 20+**

Gruppen: für Jugendliche und Erwachsene