

Trainingsplan Winter 2011 / 2012 LG Röthenbach a.d.Pegnitz

Montag	Dienstag	Donnerstag	Freitag	Samstag
17.30 - 19.00 Forsterberghalle Schüler/innen C (Jg. 1999) und jünger Heike Pauly	18.00 - 18.30 (Waldlauf) 18.30 - 20.00 (Steinberghalle) Schüler/innen, Jugend Eberhard Keppke	18.00 - 20.00 (Waldlauf) Läufergruppe Eberhard Keppke	15.15 - 17.00 Steinberghalle Lauftraining, dann Hallentraining Schüler/innen B, C und D (Jg. 1997) und jünger Sven Messing	9.30 - 11.30 Steinberghalle Alle Altersklassen Kerstin Kuhne
	18.00 - 18.30 (Waldlauf) 18.30 - 20.30 (Steinberghalle) Frauen, Männer, Senior/innen, Breitensport Gerd Uehla			Nach Absprache Läufergruppe Eberhard Keppke
	18.00 - 18.30 (Waldlauf) 18.30 - 20.30 (Steinberghalle) Läufergruppe Eberhard Keppke			