

Übungsleiter (ÜL):

Mini I	
Nicole Specht (NS)	06323 4038
Silke Pister (SP)	06323 9373020
Mini II	
Monika Klein (MK)	06323 5574
MK/WK U10 + U12	
Inge Hormuth (IH)	06323 6030
Sylvia Wernicke (SW)	06323 980164
MJ/WJ U 14 - U20 und älter sowie Aktive	
Isolde Meier (IM)	06323 6148
Janina Meier (JM)	0621 67181152
Jenny Maffenbeier (JeM)	0162 6198921
Tim Maffenbeier (TM)	0176 39939802
Triathlon	
Mario Hutzl (MH)	06323 81421
Lauftreff	
Peter Klein (PK)	06323 5574
Monika Klein (MK)	06323 5574
Walking/Nordic-Walking	
Sylvia Guntermann (SG)	06323 987164
Wirbelsäulengymnastik	
Trudy Sternfeld (TS)	06323 6136
Sportabzeichen/Fitness	
Stephanie Sander (SR)	0170 4449656
Heinz Vogelgesang (HV)	0171 6840803

Die ÜL beantworten gerne Fragen zu den genannten Trainingszeiten.

Ein Verein stellt sich vor:

Mit rund 700 Mitgliedern sind wir ein Leichtathletikverein, der neben der intensiven Jugendförderung, Laufen, Triathlon und Breitensport anbietet. Wirbelsäulengymnastik und Walking ergänzen das Angebot.

Zu unserem aktiven Vereinsleben gehört natürlich auch das gesellige Miteinander.

Unser Verein veranstaltet seit 1979 das überregional bekannte Seniorensportfest und seit 1995 den Rietburg-Berglauf.

Neben zahlreichen Titeln und Ehrungen, die wir bei Bezirks-, Pfalz- und Rheinland-Pfalz- und Deutschen Meisterschaften erringen konnten, erhielten wir zum fünften Mal in Folge den Pokal der „Freunde der Leichtathletik“ der Schüler und Jugendliga und 2009 wiederholt den Sonderpreis des Kreises Südliche Weinstraße für die

„Beste Jugendförderung“.

Beim Sportabzeichenwettbewerb des Sportbundes Pfalz belegte der LCO mehrfach den 1. Platz.

Weitere Informationen und Anmeldung bei:
Heinz Vogelgesang, 1. Vorsitzender
Telefon 06323 – 980048
Mobil: 0171 6840803
Vogelgesang-edenkoben@t-online.de

Peter Klein, 2. Vorsitzender
Telefon 06323 5574
peter.f.klein@t-online.de

www.lco-edenkoben.de



LCO Edenkoben

Sommerprogramm 2023

Beginn ab 11. April 2023

Weitere Informationen hierzu werden über die Übungsleiter/innen und über die Homepage weitergegeben.

<p>Kinder und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsförderung/ motorische Schulung (in der Regel im Stadion) <p>Donnerstag 16.15 – 17.00 Uhr Minis I Jahrgang 2018/19 ÜL: SP / NS</p> <p>Donnerstag 17.00 – 18.00 Uhr Minis II Jahrgang 2016/17 ÜL: MK</p> <p>Bei Starkregen findet das Training jeweils in der Grundschulturnhalle statt.</p> <p>Schüler, Jugendliche und Aktive</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leichtathletisches Training (in der Regel im Stadion) <p>Dienstag 16.15 – 18.15 Uhr Kinderleichtathletik WK/MK U12 (Jg. 2012+ 2013) ÜL: IH / SW</p> <p>Dienstag 17.00 – 19.00 Uhr Ⓛ Aktive/WJ/MJ U14 – U20 (Jg. 2011 u. älter) ÜL: IM / JM</p> <p>Donnerstag 16.15 – 17.45 Uhr Kinderleichtathletik WK/MK U10 (Jg. 2014+2015) ÜL: SW / IH</p>	<p>Donnerstag 17.00 – 19.00 Uhr Ⓛ Aktive/ WJ/MJ U14 – U20 (Jg. 2011 u. älter) ÜL: IM / JeM</p> <p>Freitag 17.00 – 18.30 Uhr Ⓛ Krafttraining Aktive/ WJ/MJ U14 – U20 (Jg. 2011 u. älter) Sporthalle Gymnasium ÜL: IM / TM</p> <p>Beginn des Krafttrainings erfolgt in Abhängigkeit von der Öffnung der Sporthalle.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungstraining Wird in den drei mit Ⓛ gekennzeichneten Terminen und nach Absprache durchgeführt. • Waldlauf <p>Montag 18.00 – ca. 20.00 Uhr Treffpunkt nach Absprache Aktive, WJ/MJ U14 – U20 (Jg. 2011 und älter) ÜL: IM</p> <p>Alle Termine finden (falls kein anderer Vermerk) im Stadion der Stadt Edenkoben (Weinstraßen Stadion) statt.</p>	<p>Erwachsene</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Walking/Nordic-Walking</u> Montag 18.30 Uhr TP nach Absprache, ÜL: SG • <u>Lauftreff</u> Mittwoch 19.00 Parkplatz Friedensdenkmal ÜL: PK / MK <p>Donnerstag 18.30-20.00 Bahntraining, Ⓛ, Stabi-Training, (auch Sportabzeichen-Sportler willkommen) Stadion ÜL: MK / MH</p> <p>Sonntag 9.30 Uhr Herrenhaus, ÜL: PK / MK</p> • <u>Sportabzeichen</u> Montag 18.30 - 20.00 Uhr Donnerstag 18.30 – 20.00 Uhr bei Bedarf. ÜL: SR, HV • <u>Wirbelsäulengymnastik</u> Mittwoch 18.30 – 19.30 Uhr Weinstraßenstadion, ÜL: TS • <u>Triathlon</u> Dienstag 18.45 – 19.45 Uhr Schwimmtraining (wettkampforientiert) Freibad Edesheim; ÜL: MH Dienstag ab 18.00 Uhr, Radtreff (wettkampforientiert) Parkpl. Gymn. (ohne ÜL, nach Absprache) Freitag ab 17.45 Uhr, Radtreff, Parkpl. Gymn.. ÜL: MH / MK / PK
--	--	--