

Sportangebote des LCO Edenkoben (Sommerprogramm)

gültig ab April 2022

(genauer Beginn nach Absprache in den Trainingsgruppen)

Montag:	18.00 h – ca. 20.00 h	Waldlauf Aktive WJ/MJ U14 – U20 (Jg 2010 und älter)	IM	TP: nach Absprache
	18.30 h – 20.00 h	Training, Abnahme Sportabzeichen	HV/JM	Schul- u. Vereinssportanlage
	18.30 h	Walking/Nordic-Walking-Treff	SG	TP: nach Absprache
Dienstag:	16.15 h – 18.15 h	Kinderleichtathletik WK/MK U12 (Jg. 2011 + 2012)	IH/SW	Stadion/ Schul-/ Vereinssp-Anl.
	ab 18.00 h	Radfahrtraining Triathleten, nur nach Absprache	nach Absprache	TP Parkpl. Gymn.
	19.00 h – 20.00 h	Schwimmen (wettkampforientiert)	MH	Freibad Edesheim ¹
Mittwoch:	19.00 h	Laufftreff	PK/MK	TP: Parkpl. Friedensdenkmal
	17.00 h – 19.00 h	Leistungstraining Aktive, WJ/MJ U14 – U20 (Jg. 2010 u. älter) (nach Stadion-Renovierung dienstags zur selben Zeit im Stadion Edenkoben)	IM/JM	Stadion Maikammer
	18.30 h – 19.30 h	Wirbelsäulengymnastik	TS	Schul-/ Vereinssp-Anl.
Donnerstag:	16.15 h – 17.00 h	Beweglichkeitsschulung „Minis I“ - Jahrgänge 2017/2018	SP/NS	Schul-/ Vereinssp-Anl.
	17.00 h – 18.00 h	Beweglichkeitsschulung „Minis II“ - Jahrgänge 2015/2016	MK	Schul-/ Vereinssp-Anl.
	16.15 h – 17.45 h	Kinderleichtathletik WK/MK U10 (Jg. 2013 + 2014)	SW/IH	Schul-/ Vereinssp-Anl.
	17.00 h – 19.00 h	Leistungstraining Aktive, WJ/MJ U14 – U20 (Jg. 2010 u. älter) (nach Stadion-Renovierung im Stadion Edenkoben)	IM/JeM	Schul-/ Vereinssp-Anl.
	18.30 h – 20.00 h	Laufftreff; Bahntraining, Stabilisation (auch Sportabzeichen-Sportler willkommen)	MK/MH	Schul-/ Vereinssp-Anl.
	18.30 h – 20.00 h	Training, Abnahme Sportabzeichen, bei Bedarf	HV/JM	Schul-/ Vereinssp-Anl.
Freitag:	17.00 h – 18.30 h	Krafttraining Aktive, WJ/MJ U14 – U20 (Jg. 2010 u. älter)	IM/TM	Stadion / Halle Gymnasium ²
	18.00 h	Radtraining	MK/PK	TP Parkpl. Gymn.
Sonntag:	9.30 h (oder 9.45 Uhr Lolosruhe)	Laufftreff	PK/MK	TP: Herrenhaus

¹ Sowohl Wochentag wie auch Uhrzeit stehen noch nicht abschließend fest. Über den genauen Beginn des Schwimmtrainings wird gesondert informiert (abhängig von der Öffnung des Freibades in Edesheim).

² Der Beginn des Krafttrainings in der Halle ist abhängig von der Öffnung der Gymnasiumhalle (Corona bedingt).