

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 Stermfeld (TS)	06323 6136
Sportabzeichen/Fitness	
Stephanie Sander (SR)	0170 4449656
Joachim Maffenbeier (JoM)	0176 24763455
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 mehrmals den Pokal der „Freunde der Leichtathletik“ der Schüler und Jugendliga sowie den Sonderpreis des Kreises Südliche Weinstraße für die beste Jugendförderung.

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

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

Joachim Maffenbeier 2. Vorsitzender
Telefon 0176 24763455

www.lco-edenkoben.de



LCO Edenkoben

Winterprogramm 2022/23

gültig ab 31.10.2022 (nach den Herbstferien)

Kinder

- **Bewegungsförderung/
motorische Schulung**

Donnerstag 16.00 – 17.00 Uhr
Kinder¹ U6 Jahrgang 2017/18
Grundschulhalle ÜL: SP/NS

Donnerstag 17.00 – 18.00 Uhr
Kinder¹ U8 Jahrgang 2015/16
Grundschulhalle ÜL: MK

Jugendliche und Aktive

- **Leichtathletisches Training**

Montag 17.15 – 19.30 Uhr (Sporthalle
Gymnasium)
Aktive/M/WJ U14 – U20
2011 und älter ÜL: IM/JM

Dienstag 17.00 – 18.30 Uhr
Weinstraßenstadion
Leistungstraining Lauf / Sprint
2011 und älter ÜL: IM

Dienstag 17.00 – 19.00 Uhr
Kinder U12
Jg. 2011/12 ÜL: IH/SW
Es erfolgt ein Jg-Wechsel, dann
2012/13¹

Mittwoch 18.30 – 20.00 Uhr
Sportabzeichengruppe
Kraft und Stabilisation ÜL: SR,
JoM, HV

Donnerstag 17.00 – 18.30 Uhr
Aktive/ M/WJ U14 – U20
2011 und älter, ÜL: IM
Weinstraßenstadion

Donnerstag 17.15 – 19.00 Uhr
Sporthalle Gymnasium
Jg. 2010 und 2011 ÜL: JeM

Donnerstag 17.00 – 18.30 Uhr
Kinder U10
Jg. 2013/14 ÜL: SW
Es erfolgt ein Jg-Wechsel, dann 2014/15¹

Freitag 17.15 – 19.30 Uhr
Aktive/ M/WJ U14 – U20
Sporthalle Gymnasium
2011 und älter ÜL: IM, TM

- **Waldlauf**

Samstag
Uhrzeit Beginn: 15.30 Uhr
Treffpunkt nach Absprache
Aktive, MJ/WJ U14 – U20 ÜL: IM
Jg. 2011 und älter

Erwachsene

- **Krafttraining**

Dienstag 19.00 – 20.30 Uhr ÜL: MK

Alle Termine finden (falls kein anderer Vermerk) in der
Sporthalle des Gymnasiums Edenkoben statt.

- **Walking/Nordic-Walking**
Montag 18.30 Uhr
TP nach Absprache ÜL: SG

- **Grundlagentraining**
Donnerstag 19.00 – 20.30 Uhr
Großsporthalle RS+ ÜL: MK

- **Online-Stabi-Training**
Donnerstag 19.30 – 20.30 Uhr
Online Training zu Hause ÜL: MH
Interessierte bitte bei Mario Hutzl
melden.

- **Leistungsschwimmen**
Samstag 16.00 – 17.00 Uhr
Stadionbad Neustadt ÜL: MH

- **Laufftreff**
Mittwoch 19.00 Uhr
Parkplatz Sporthalle Gymnasium

Sonntag 9.45 Uhr Lolosruhe,
Mitfahrgelegenheit 9.30 Uhr am
Herrenhaus

Langstrecke
Samstag 13.30 Uhr
Treffpunkt siehe Homepage

- **Wirbelsäulengymnastik**
Mittwoch 19.00 – 20.30 Uhr
Großsporthalle der RS+ ÜL: TS

¹ Über den Termin Gruppenwechsel der U6 bis U12 werden die Gruppen rechtzeitig informiert.