Sommertraining 2010

Ab April bzw. nach den Osterferien findet das Training wieder im Freien statt, und zwar bei jedem Wetter! Wenn vorhanden, bitte Spikes mitbringen.

Trainingszeiten:

Montag ab 17:00 Uhr Stadion Leistungstraining ab Schüler A
(nach Rücksprache)

Dienstag 18:00 - 19:00 Uhr Stadion ab Schüler C

Mittwoch 19:00 - 20:00 Uhr ab Schüler A
Krafttraining Praxis Maletz/Hepp vorher Lauftraining
(nach Rücksprache)

Donnerstag 18:00 - 19:30 Uhr Stadion ab Schüler D

Samstag 10:30 - 12:00 Uhr Stadion ab Schüler B
(nach Rücksprache)

Klasseneinteilung (nach Jahrgang):

Schüler D 2001 und jünger
Schüler C 1999 / 2000
Schüler B 1997 / 1998
Schüler A 1995 / 1996
Jugend B 1993 / 1994

Jugend A 1991 / 1992