

Wintertraining 2011 / 2012

Trainingsbeginn: 17.10.2011

Tag	Uhrzeit	Treffpunkt	Training	Trainer
Montag	17:00 - 19:30	Turnhalle Pestalozzischule zu beachten: Schuhe mit hellen Sohlen mitbringen!!!	Hallentraining	Johannes Stuppert Gesa Veith
Mittwoch	18:30 - 20:00	KSG Bootshaus	Gymnastik und Krafttraining	Mark Denny
Donnerstag	18:30 - 20:00	KSG Bootshaus (für alle Interessierten)	Fitness nach DVD	Gesa Veith Anja Stuppert
Samstag	10:00 - 11:30	Parkplatz Vitafit	Nordic Walking	Gesa Veith
Samstag	10:00 - 11:30	Parkplatz Vitafit	Laufen	Martin Veith Felix Krämer

Hinweis zum Trainingsbeginn:

Es ist möglich, dass die Anfangszeiten von unseren Trainern aus beruflichen Gründen nicht immer pünktlich eingehalten werden können. Das Training beginnt daher erst mit dem Eintreffen des verantwortlichen Trainers. Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass vor dem Training keine Aufsicht und Betreuung der Sportler erfolgt.

ACHTUNG:

Das Mittwochstraining startet erst am 09.11.2011!!!