

## Trainingsplan:

<b>Montag</b>	<p><b>Leichtathletik – Kinder</b>  16:25 – 17:10 Uhr Gruppe 1 (4 Kinder + Übungsleiter/ Betreuer) → Feld 1  16:30 – 17:15 Uhr Gruppe 2 (4 Kinder + Übungsleiter/ Betreuer) → Feld 4</p> <p>15 Minuten Pause</p> <p><b>Leichtathletik – Jugend</b>  17:30 – 18:45 Uhr Gruppe 1 (4 Jugendliche + Übungsleiter) → Feld 1  17:35 – 18:50 Uhr Gruppe 2 (4 Jugendliche + Übungsleiter) → Feld 2  17:40 – 18:55 Uhr Gruppe 3 (4 Jugendliche + Übungsleiter) → Feld 3</p>
<b>Dienstag</b>	---
<b>Mittwoch</b>	<p><b>Polizeisport</b>  13:00 – 13:40 Uhr Gruppe 1 (5 Erwachsene) → Feld 1  13:05 – 13:45 Uhr Gruppe 2 (5 Erwachsene) → Feld 2  13:10 – 13:50 Uhr Gruppe 3 (5 Erwachsene) → Feld 3  15 Minuten Pause  14:05 – 14:45 Uhr Gruppe 4 (5 Erwachsene) → Feld 1  14:10 – 14:50 Uhr Gruppe 5 (5 Erwachsene) → Feld 2  14:15 – 14:55 Uhr Gruppe 6 (5 Erwachsene) → Feld 3</p> <p><i>oder</i></p> <p>13:00 – 14:50 Uhr Gruppe 1 (5 Erwachsene) → Feld 1  13:05 – 14:55 Uhr Gruppe 2 (5 Erwachsene) → Feld 2  13:10 – 15:00 Uhr Gruppe 3 (5 Erwachsene) → Feld 3  <i>(längere Trainingszeit ohne Pause bei max. 15 Personen)</i></p> <p><b>Frauengymnastik</b>  18:25 – 19:05 Uhr Gruppe 1 (5 Erwachsene) → Feld 1  18:30 – 19:10 Uhr Gruppe 2 (5 Erwachsene) → Feld 2  15 Minuten Pause  19:25 – 20:00 Uhr Gruppe 3 (5 Erwachsene) → Feld 1  19:30 – 20:05 Uhr Gruppe 4 (5 Erwachsene) → Feld 2</p> <p><i>oder</i></p> <p>18:25 – 19:55 Uhr Gruppe 1 (5 Erwachsene) → Feld 1  18:30 – 20:00 Uhr Gruppe 2 (5 Erwachsene) → Feld 2  <i>(längere Trainingszeit ohne Pause bei max. 10 Personen)</i></p>
<b>Donnerstag</b>	<p><b>Laufgruppe</b>  17:50 – 18:50 Uhr Gruppe 1 (5 Erwachsene) → Feld 1  17:55 – 18:55 Uhr Gruppe 2 (5 Erwachsene) → Feld 2  18:00 – 19:00 Uhr Gruppe 3 (5 Erwachsene) → Feld 3</p>
<b>Freitag</b>	---
<b>Samstag</b>	---
<b>Sonntag</b>	---
<b>Zusatz</b>	Einzeltrainings sowie die Nutzung der Tennisplätze sind außerhalb der o. g. Trainingszeiten nach vorheriger Abstimmung unter Einhaltung der Hygienevorgaben möglich

*be*