

## Trainingszeiten - Sommertraining -

Das **Sommertraining** der LG Esterau-Holzappel findet in der Regel zwischen den Osterferien und den Herbstferien auf der Zentralen Sportanlage in Holzappel zu folgenden Zeiten statt. Abweichungen werden mitgeteilt:

<b>montags</b>	17.30 Uhr – 19.30 Uhr	Jugend U14 und älter
<b>mittwochs</b>	16.30 Uhr – 17.30 Uhr	Kinder U8 (bis 7 Jahre)
	17.30 Uhr - 18.30 Uhr	Kinder U10 (bis 9 Jahre)
	17.30 Uhr - 18.30 Uhr	Jugend U12 (10 - 11 Jahre)
	17.30 Uhr – 19.30 Uhr	Jugend U14 und älter
<b>freitags</b>	15.30 Uhr – 16.30 Uhr	Kinder U8
	16.30 Uhr - 17.30 Uhr	Kinder U10
	16.30 Uhr - 17.30 Uhr	Kinder U 12
	16:30 Uhr - 18.30 Uhr	Jugend U14 und älter, nach Absprache auch M/W 11



©www.ClipartsFree.de

## - Wintertraining -

Das Wintertraining der LG Esterau-Holzappel findet in der Regel zwischen den Herbstferien und den Osterferien in den Turnhallen an der Esterauschule zu den gleichen Zeiten statt. Abweichungen werden mitgeteilt.

**Zusätzlich** wird im Wintertraining angeboten:

<b>freitags</b>	17.30 Uhr – 18.30 Uhr	Hürdentraining M/W 11 (nach Absprache)
<b>samstags</b>	10.30 Uhr – ca. 11.30 Uhr	Lauftraining, Treffpunkt am Eingang des Herthasees (meist bis eine Woche vor den KM Cross)

**Neuanmeldungen können während der Trainingsstunden erfolgen. Das Wintertraining bietet sich ausgezeichnet als Trainingsbeginn für alle Altersklassen, besonders aber für die Kleinen (letztes Kindergartenjahr) an.**

## Trainer/Übungsleiter

Marion Becker  
Christiane Meffert  
Edwin Schiebel  
Eleonore Schiebel  
Martina Schiebel

**Verstärkung wird dringend gesucht!**

**Wer hat Lust, die erfolgreiche Arbeit der Leichtathletik in der Esterau fortzusetzen?**