

Trainingszeiten - LAZ Mönchengladbach

Gültig ab Oktober 2017

In den Ferienzeiten können die Trainingszeiten abweichen.

Das LAZ Mönchengladbach bietet ein gemeinsames Training in den unterschiedlichen Altersklassen an. Darüber hinaus findet in den verschiedenen Vereinen Training statt. Die Trainingsgruppen sind für alle Leichtathleten der dem LAZ Mönchengladbach angeschlossene Vereine offen.

Schüler / innen U12 / U14

Trainer: Andreas Grollich,
Anne Schmitz (Freitags), Kristina Delbeck (Mittwochs)

Mittwochs 18.00 – 19.30 Uhr Grenzlandstadion, MG-Rheydt

Freitags 17.00 – 18.30 Uhr Grenzlandstadion, MG-Rheydt

Schüler / innen U16 / U18 / U20 / Erwachsene

Trainer: Johannes Gathen, Clement Negra

Montags 18.00 – 19.45 Uhr Grenzlandstadion, MG-Rheydt (im Sommer)
18.30 – 20.00 Uhr Sporthalle Gesamtschule Hardt (im Winter)

Dienstags 18.00 – 19.45 Uhr Grenzlandstadion, MG-Rheydt

Mittwochs 18.00 – 19.45 Uhr Grenzlandstadion, MG-Rheydt

Donnerstags 18.00 – 19.45 Uhr Grenzlandstadion, MG-Rheydt

Freitags 18.00 – 19.45 Uhr Grenzlandstadion, MG-Rheydt

Samstags / Sonntags nach Absprache

Erwachsene Freizeit-/Breitensport

Trainerin: Christiane Houben

Mittwochs 18.00 – 19.30 Uhr Grenzlandstadion MG-Rheydt

Donnerstags 20.00 – 22.00 Uhr Sporthalle Moosheide (nur im Winter)

Weitere Trainingstage nach Absprache

M.Gladbacher TV und Tsch.Mönchengladbach-Neuwerk:

Schüler / innen U10

Übungsleiter: Maike Micheel

Freitags 18.00 – 19.30 Uhr Vereinssportanlage des M.Gladbacher TV
Bökelstrasse (im Sommer)

18.00 – 19.30 Uhr Sporthalle Balderichstr. (im Winter)

TV Rheindahlen;

Alter 6 – 10 Jahre

Übungsleiter(in): Birgit, Julia + Jana Mäurer

Montags, Dienstags, Freitags 18.00 – 19.00 Uhr
Turnhalle Schulzentrum MG-Rheindahlen

Alter 11 – 18 Jahre

Übungsleiter(in): Birgit, Julia + Jana Mäurer

Montags, Dienstags, Freitags 19.00 – 20.00 Uhr
Turnhalle Schulzentrum MG-Rheindahlen

TV Odenkirchen;

Alter ab 7 Jahre

Ansprechpartner: Birgit Kämmerling

Montags 18.00 – 20.00 Uhr Sporthalle MG-Odenkirchen Kirschhecke

Alter 6-12 Jahre

Ansprechpartner: Birgit Kämmerling

Donnerstags 16.00 – 17.30 Uhr Sporthalle A sternweg

TV Giesenkirchen;

Alter 6 – 9 Jahre (bis 4. Klasse)

Ansprechpartner: Andrea Ibach

Dienstags 16.00 – 17.30 Uhr

Alter ab 10 Jahre (ab 5. Klasse)

Ansprechpartner: Andrea Ibach

Donnerstags 15.30 – 17.00 Uhr

Das Training für beide Gruppen findet auf der Bezirkssportanlage bzw. (je nach Jahreszeit und Wetterlage) in der Sporthalle Puffkohlen statt.

Noch Fragen? Auskunft erteilt:

Johannes Gathen

Bockersend 167

41066 Mönchengladbach

Mobil: 0178 – 8605984

info@laz-online.de