

Das Trainingsangebot der Leichtathletik-Vereinigung Tübingen

Post-SV Tübingen - SV Pfrondorf - SV 03 Tübingen - TSG Tübingen - TV Derendingen - TSV Lustnau - TSV Hirschau - TSV Hagelloch

Wintersaison 2011/ 2012

gültig ab 10.11. 2011

Trainingsgruppen Jugend - Senioren

				Mo.	Di.	Mi.	Do.	Fr.	Sa.	So.
Zeit	Trainer	Jahrgang	Ort	Trainingsinhalt						
Jugend und Aktive Hürden/Weit/Dreisprung /Sprint Dorinel Andreescu, 0176/09108238 andreescu@wlv-sport.de										
16.00-18.30	Andreescu	Jugend und Aktive	PHA/ LAUFB	Hürden		Hürden		OSP -Hürden		
18.30-19.30	Andreescu		PHA/ LAUFB	Weit/Dreisprung		Weit/Dreisprung		Weit/Drei/ Sprint		
19.30-20.30	Andreescu		PHA/ LAUFB	Sprint		Sprint				
17.30-20.00	Andreescu		Planet		Kraft		Kraft			
Zehnkampf Junioren / Aktive Dieter Göhring, 07121 / 68412, Gunter Röhm, 07121 / 29851										
17.30-19.30	D. Göhring	10- Kampf Junioren / Aktive	PHA/ LAUFB					Weit /Hürden		
18.00-20.00	G. Röhm		PHA	Stab/Ku/Di		Hoch				
18.00-20.00	G. Röhm		FHK		Kraft					
20.00-22.00	D. Göhring		FH/H				allg. Athletik/ Sprünge, Med.ball			
Sprint / Hürde / Siebenkampf - Jugend und Aktive - Lea & Sebastian Marcard - 01525 - 427 827 5										
17.30 - 20.00	L. + S. Marcard	Jugend und Aktive ab Jhrg. 1996	FHK	Kraft						
17.30 - 20.30			LAUFB / SV 03 Stadion		Sprint, Sprung, Wurf Tempoläufe					
17.00 - 19.00			FHK		Kraft					
17.30 - 20.30			LAUFB / SV 03 Stadion				Sprint, Sprung, Wurf Tempoläufe			
17.30 - 20.00			FHK					Kraft		
10.00 - 16.00			IFS & Schuppen						Sprint, Sprung, Wurf Tempoläufe	

				Mo.	Di.	Mi.	Do.	Fr.	Sa.	So.
Zeit	Trainer	Jahrgang	Ort	Trainingsinhalt						

Mittel- und Langstrecke / Jugend / Aktive Uli Böckle, 07071 / 44150/Angela Wondratschek										
18.00-20.00	U. Böckle	Jugend und Aktive	IFS	U. Böckle						
18.30-21.00	A. Wondratschek		PHA/ LAUFB		A. Wondratschek					
18.00-20.00	U. Böckle		SV-03			U. Böckle				
20.00-22.00	U. Böckle, Gunnar E.		FH				U. Böckle, Gunnar E.			
17.00-19.30	A. Wondratschek		HH					A. Wondratschek		
10.00-12.00	U. Böckle, I. Baumann	var.Sand						U. Böckle, I. Baumann	Dauerlauf	

TFG Lauf 96 - 99 Isabelle Baumann 07071 / 791025 i.baumann@gmx.de										
18.00 - 20.00	I. Baumann	TFG Lauf	SV03	I. Baumann	I. Baumann	I. Baumann		I. Baumann		
17.30-19.00			Planet				Kraft			
10.00-12.00			var.Sand						I. Baumann	Dauerlauf

Freizeitgruppe Jugend / Wurf Aktive Helmut Körner, 0173-9246715										
18.00-20.00	H. Körner	Freizeitg ruppe Jugend/ Aktive Wurf	PHA	H. Körner						
18.00-20.00	H. Körner		PHA			H. Körner				
19.00-20.30	H. Körner		FHK				Kraft			
18.00-20.00	H. Körner		IFS					H. Körner		

Aktive / Senioren Gerold Knisel 62732 gknisel@yahoo.de										
18.00-20.00	G. Knisel	Aktive / Senioren	IFS		Lauf					
18.00 - 19.30	Andrea Johann		PHA			DAMM Seniorinnen				
20.30 - 22.00	G. Knisel/C. Wolf		HH			LA Training für Läufer				
15.30 - 17.00	G. Knisel		var.Sand						Lauf	
09.00 - 11.00	G. Knisel		var.Sand							Langer Lauf

PHA Laufbahn

Mo.			Di.			Mi.			Do.			Fr.		
Zeit	Trainer	Inhalte	Zeit	Trainer	Inhalte	Zeit	Trainer	Inhalte	Zeit	Trainer	Inhalte	Zeit	Trainer	Inhalte
16.00-18.30	Andreescu	Hü		I. Baumann/	Hü	16.00-18.00	Andreescu	Hü			Hü			Hü
18.30-19.30	Andreescu	Weit	17.00-19.00	A. Gau/S. Göhring	Weit	18.00-19.30	Andreescu	Weit	18.15-20.00	A. Gau TFG SchA 97/98	Weit	17.30-19.30	D. Göhring	Weit
19.30-20.30	Andreescu	Sprint		99/00	Sprint	19.30-20.30	Andreescu	Sprint			Sprint			Sprint
19.30-21.00	G. Röhms	Ku/Di Sprint	17.30-20.30	L. + S. Marcard	Sprung Wurf TL				17.30-20.30	L. + S. Marcard	Sprung Wurf TL			
			18.00-20.00	A. Gau TFG SchA 99/00	Hü Weit Sprint									
			18.30-21.00	A. Wondratschek										

PHA Halle

Mo.			Di.			Mi.			Do.			Fr.		
-----	--	--	-----	--	--	-----	--	--	-----	--	--	-----	--	--

17.00-18.30	L.Liggesmeyer/A. Korell	SchB 99 /			18.00-20.00	A.Gau		16.30-18.30	Jonas Neuner	Stab
17.30-19.00	H.Hellstern	SchC 01 /	17.30-19.00	A.Gau Hü	18.00-20.00	G.Röhm	Hoch Ku			
18.00-20.00	H. Körner	Wurf		TFG SchA 97/98	18.00-20.00	H. Körner	Wurf			
18.00-20.00	I.Baumann		18.00-20.00	I.Baumann	18.00-20.00	I.Baumann				
					18.00-19.30	Andrea Johann	DAMM Seniorinnen			
18.00-20.00	G.Röhm	Stab/Ku/Di			18.00-20.00	I.Baumann				

Abkürzungen: GSS Geschwister-Scholl-SchSV03 Stadion SV03, HH Hermann-Hepper-Halle, Lu Stadion Lustnau,
IfS Stadion des Sportinstitut FHK Krafraum Feuerhäggle, TFG Talentfördergruppe, FH Turnhalle Feuerhäggle ,
PHA Paul-Horn-Arena, PHA/ LAUFB Paul-Horn-Arena Schlauch, OSP Olympia Stützpunkt Stuttgart,
THL Turnhalle Lustnau, Sand Waldsportpfad auf dem Sand.

Weitere Informationen, Trainer, Abkürzungen

Allgemeines:

Kleidung: Eberhard Vogt 07071 / 65749

eberhard.vogt.tuebingen@t-online.de

Mitglieder: Susanne Göhring 07121 / 68412

org.leiterin@lav-tuebingen.de

Verantwortliche Trainer

Jugend und Aktive:

Dorinel Andreescu 0176-99108238

andreescu@wlv-sport.de

Schüler:

Andreas Gau 0177-3213866

andreas.gau@freenet.de

weitere Jugend- und Aktivtrainer:

Uli Böckle 07071 / 44150

u.boeckle@lav-tuebingen.de

Dieter Göhring 07121 / 68412

dietergoehring@t-online.de

Helmut Körner 0173-9246715

hhus2003@aol.com

Lea Marcard 07127 / 922276

lea.marcard@gmx.de

Sebastian Marcard 01525 - 427 827 5

smarcard@gmx.de

Senioren:

Andrea Johann

Gerold Knisel 07071 / 627: g.knise1@lav-tuebingen.de

Eberhard Vogt 07071 / 657: eberhard.vogt.tuebingen@t-online.de

Andrea Schneider 07071 / 8119 a.schneider-wolf@gmx.de

Gunter Röhm 07121 / 29851
Angela Wondratschek 07459 / 931022

weitere Schülertrainer:

Anke Balz 07071 / 287919
Isabelle Baumann 07071 / 791025
Katrin Binmöller 07071 / 984902
Tobias Binmöller 07071 / 984902
Gerd Brenner 07071 / 980006
Carina Conzelmann 07072 / 6392
Susanne Göhring 07121 / 68412
Tabea Haug 07071 / 49404
Ron Heinold 0173-3506675
Ute Maier 07071 / 1460449
Kerstin Marxen 07071 / 1468584
Kira Rambow-Hösch 07071 / 688488
Tim Rohrwasser 07071 / 9698042
Sinja Trotter 07071 / 82738
Alena Vogt 07071 / 65749
Fabian Vogt 07071 / 65749
Moritz Wieschollek 07071 / 82545

gunter.roehm@t-online.de
awondratschek@gmx.de

an.balz@gmx.de
i.baumann@gmx.de
k-binmoeller@web.de
volley-tobi@web.de
gerd.brenner@web.de
conzelman.carina@web.de
s.goehring@lav-tuebingen.de
tabea.haug@web.de
feeturingron@hotmail.com
ute_maier@gmx.net
kerstinmarxen@yahoo.de
kira.rambow-hoeschele@t-online.de
tim_ro86@yahoo.de
sinja.trotter@web.de
alena.vogt@t-online.de
fabian.vogt@t-online.de
moritzwieschollek@gmx.de

