



Neues aus der Leichtathletik

Sportvereinigung 1910 Gau-Algesheim



Wochenplan – Winter 2023

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Schüler 8 – 10 Jahre		16:30 – 17:30 Uhr Sporthalle					
Schüler 10-16 Jahre		17:00 – 18:30 Uhr Sporthalle		16:00 – 17:30 Uhr Sporthalle			
Ab 16 - Jahre Se- nioren		18:30 – 20:00 Uhr Sporthalle		17:30 – 19:30 Uhr Sportpark, Binger Str.		Waldlauf: Wester- oder Jakobsberg nach Absprache -	10 – 11:30 Uhr Jugend - Senioren - Sportpark
Jugend - Senioren			Krafttraining - nach Absprache		18 – 20 Uhr reserviert Krafttraining		
					Weiteres Krafttraining - nach Absprache		

Hinweise:
 Sporthalle – gegenüber der Schloss Ardeck Grundschule
 Sportpark – an der Binger Straße
 Krafttraining – Kraftraum im alten Sportlerheim