

# Leichtathletik

TG Nieder-Ingelheim e.V.



## Übersicht aller Trainingsgruppen

### Spielerisches Leichtathletik für Kinder von 6-9 Jahre

<b>Montag</b>	17 – 18 Uhr	Susanne	Einführung in die Grundlagen; Ausdauertraining, Sprint, Sprung und Wurf
---------------	-------------	---------	---

### Leichtathletiktraining für Jugendliche von 10 - 15 Jahre

<b>Montag</b>	18 – 19 Uhr	Susanne	Grundlagentraining und Spiel.
<b>Mittwoch</b>	17 - 18:30 Uhr	Susanne	Ausdauer- und Techniktraining für Sprint, Hürden, Weit- und Hochsprung, Wurf

### Wettkampfgruppe (ab 16 Jahre)

			<i>Sommersaison (nach den Osterferien)</i>	<i>Wintersaison</i>
<b>Montag</b>	18 – 20 Uhr	Karl-Hermann	Stadion Blumengarten	Stadion Blumengarten
<b>Mittwoch</b>	18 – 20 Uhr	Karl-Hermann	Stadion Blumengarten	Stadion Blumengarten
<b>Freitag</b>	18 – 20 Uhr	Karl-Hermann	Stadion Blumengarten	Alte SMG Sporthalle
<b>Sonntag</b>	nach Absprache	Karl-Hermann	-	Waldlauf (nach Absprache)