

Trainingsplan im Trampolinturnen

Montag:

Wo? Rassberg Turnhalle
Wann? 17:30 – 20:00 Uhr
Was? **Leistungsgruppe**
Trainer? Jannik Schiekkel

Dienstag:

Wo? Rassberg Turnhalle
Wann? 16:15 – 18:15 Uhr
Was? **Leistungsgruppe**
Trainer? Jannik Schiekkel

Mittwoch:

1.

Wo? Mehrzweckhalle
Wann? 16:30 – 18:30 Uhr
Was? **Anfängergruppe 4-18 Jahre**
Trainer? Tatjana Köhler, Daniela Zollitsch, Nadine Schneider, David Ebener, Tugba Asan, Sandro Köhler

2.

Wo? Oberes Schloss Siegen
Wann? 18:00 – 20:00 Uhr
Was? **Leistungsgruppe**
Trainer? Jannik Schiekkel

Donnerstag:

Wo? Mehrzweckhalle
Wann? 14:45 – 17:45 Uhr
Was? **Fortgeschritten**
Trainer? Tatjana Köhler, Daniela Zollitsch, Nadine Schneider, David Ebener, Tugba Asan, Sandro Köhler

Freitag:

1.

Wo? Rassberg Turnhalle
Wann? 13:00 – 14:30 Uhr
Was? **Trampolin AG (Dietrich Bonhoeffer Gymnasium)**
Trainer? Jannik Schiekkel

2.

Wo? Rassberg Turnhalle
Wann? 16:00 – 19:00 Uhr
Was? **Leistungsgruppe**
Trainer? Jannik Schiekkel