

LA Trainingsübersicht Winter 2022/23

(11/22 - 03/23)

	Mo	Mo	Mo	Di	Di	Mi	Mi	Do	Do	Fr	Fr	Sa
10:00 - 12:00												U18: 10:00-12:00: Stadion / Kraftraum Gerhard Maurer
15:00										U18+: 15:00-17:00 Kevin Goj (Kraftraum)		
16:00										U18+: 15:00-17:00	16:00-17:15 Nordic Walking	
16:30				U12: 16:30-18:00 Kevin Goj, Letizia Heitmeir	U14: 16:30-18:00 Laura Meier	U8: 16:30-17:30 Annika Gäb, Sebastian		U12 16:30-18:00 Johannes Walter, Kevin Goj	U14 16:30-18:00 Laura Meier	Kevin Goj (Kraftraum)	Mariensäule Renate Holzmann	
17:00				U12: 16:30-18:00 Kevin Goj, Letizia Heitmeir	U14: 16:30-18:00 Laura Meier	U8: 16:30-17:30 Annika Gäb, Sebastian Unterreitmeier		U12 16:30-18:00 Johannes Walter, Kevin Goj	U14 16:30-18:00 Laura Meier			
18:00	U14, U16: 18:00-20:00 Laura Meier	U18: 18:00-20:00 Gerhard Maurer	U20+: 18:00-20:00 Kevin Goj	U20+: 18:00-20:00 Kevin Goj	U20+: 18:00-20:00 Kevin Goj	U20+: 18:00-20:00 Kevin Goj (Kraftraum)	18:30-20:00: Marita Steckermeier (Workout)	U18: 18:00-20:00 Gerhard Maurer	U20+: 18:00-20:00 Kevin Goj	Stabhoch: 18:00-20:00 Philipp Mühlbauer, Patrick Mühlbauer	U12 + U14 18:00-19:30 Gerhard Maurer	
19:00	U14, U16: 18:00-20:00 Laura Meier	U18: 18:00-20:00 Gerhard Maurer	U20+: 18:00-20:00 Kevin Goj	U20+: 18:00-20:00 Kevin Goj	U20+: 18:00-20:00 Kevin Goj	U20+: 18:00-20:00 Kevin Goj (Kraftraum)	18:30-20:00: Marita Steckermeier (Workout)	U18: 18:00-20:00 Gerhard Maurer	U20+: 18:00-20:00 Kevin Goj	Stabhoch: 18:00-20:00 Philipp Mühlbauer, Patrick Mühlbauer	U12 + U14 18:00-19:30 Gerhard Maurer	