



Gruppe	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Mutter und Kind Turnen (Jg. 2019 und jünger)		16:00 - 17:00 Uhr Halle Ritterstraße/Schaberg Stefanie Dienst			15:30 - 16:15 Uhr Halle Stübchen Nicole Löcher		
Kleinkind Turnen (Jg. 2017 - 2018)		17:00 - 18:00 Uhr Halle Ritterstraße/Schaberg Stefanie Dienst			16:20-17:05 und 17:10-18 Uhr Halle Stübchen Nicole Löcher		
Schüler/innen U8 (Jg. 2016)		16:00 - 17:00 Uhr Herbert-Schade-Sportanlage Thorsten Schwab			16:00 - 17:00 Uhr Herbert-Schade-Sportanlage Thorsten Schwab		
Schüler/innen U8 (Jg. 2015)		17:00 - 18:00 Uhr Herbert-Schade-Sportanlage Thorsten Schwab			17:00 - 18:00 Uhr Herbert-Schade-Sportanlage Thorsten Schwab		
Schüler/innen U10 (Jg. 2014)		15:30 - 16:30 Uhr Herbert-Schade-Sportanlage Uwe Steffens			15:30 - 16:30 Uhr Herbert-Schade-Sportanlage Uwe Steffens		
Schüler/innen U10 (Jg. 2013)		16:30 - 17:30 Uhr Herbert-Schade-Sportanlage Uwe Steffens			16:30 - 17:30 Uhr Herbert-Schade-Sportanlage Uwe Steffens		
Schüler/innen U12 (Jg. 2011 - 2012)		18:00 - 19:30 Uhr Herbert-Schade-Sportanlage Thorsten Schwab			18:00 - 19:30 Uhr Herbert-Schade-Sportanlage Thorsten Schwab		
Schüler/innen U14 (Jg. 2009 - 2010)	17:00 - 18:30 Uhr Herbert-Schade-Sportanlage Manuel Schröer				17:00 - 18:30 Uhr Herbert-Schade-Sportanlage Manuel Schröer		

Geschäftszeiten SLC-Geschäftsstelle:

Postanschrift:

E-Mail:

Tel.:

Homepage:

Dienstag 18:00 - 20:00 Uhr, Clubhaus Steinberg 19

Solinger LC, Steinberg 19, 42659 Solingen

info@solinger-lc.de

0212/40281

www.solinger-lc.de

Gültig ab April 2022



Gruppe		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
männl./weibl. Jugend U16 (Jg. 2007 - 2008)	Basisstraining	18:00 - 19:30 Uhr Herbert-Schade-Sportanlage Sebastian Thelen				17:30 - 19:00 Uhr Herbert-Schade-Sportanlage Sebastian Thelen		
männl./weibl. Jugend U18/ U20/ Männer/Frauen (ab Jg. 2006)	Basisstraining		18:30 - 20:00 Uhr Herbert-Schade-Sportanlage Detlef Steigerwald		18:30 - 20:00 Uhr Herbert-Schade-Sportanlage Detlef Steigerwald			
männl./weibl. Jugend U16 (Jg. 2007 - 2008)	Fördertraining			17:45 - 19:15 Uhr Herbert-Schade-S. Sebastian Thelen Hürden (nach Vereinbarung)			(*)	(*)
männl./weibl. Jugend U18 / Jugend U20 / Männer/Frauen (ab Jg. 2006)	Fördertraining	18:30 - 20:00 Uhr Herbert-Schade-Sportanlage Detlef Steigerwald Sprint/Sprung/ Kurz+Langhürden	18:30 - 20:00 Uhr Herbert-Schade-Sportanlage Detlef Steigerwald Sprint/Sprung/Hürden/ Kraftraum	18:00 - 20:00 Uhr Kraftraum nach Vereinbarung Detlef Steigerwald (Leistungssport)	18:30 - 20:00 Uhr Herbert-Schade-Sportanlage Detlef Steigerwald Sprint/Sprung	(*)		
männl./weibl. Jugend U16 / Jugend U18 / Jugend U20 / Männer/Frauen (Jg. 2008 und älter)	Fördertraining		Nach Vereinbarung Herbert-Schade-Sportanlage Dirk Voigt Bahntraining Lauf/Leistungs- sport; Mittel- u. Langstrecke					
Langlauf- / Ultralanglauf		siehe Internetlink			siehe Internetlink			siehe Internetlink

* Training nach Vereinbarung bei Detlef Steigerwald

** Langlauf- / Ultralanglauf Laufstrecken nach Plan gemäß Homepage. Laufplan unter:

www.solinger-lc.de/leichtathletik/langlaufgruppe.html

Geschäftszeiten SLC-Geschäftsstelle:

Postanschrift:

E-Mail:

Tel.:

Homepage:

Dienstag 18:00 - 20:00 Uhr, Clubhaus Steinberg 19

Solinger LC, Steinberg 19, 42659 Solingen

info@solinger-lc.de

0212/40281

www.solinger-lc.de

Gültig ab April 2022