

## LSV - Winter-Trainingsangebot - Montag

MONTAG	Zeit	Gruppe	Ort
BA	17:10 - 18:45	Jugend	LoHa
BA	19:00 - 20:30	Herren 2	LoHa
FU	17:00 - 18:30	D + E - Jugend	RöSt
FU	17:00 - 18:30	F - Jugend / Bambinis	MS
Fit+Gesund	10:45 - 11:45	Orthopädie Reha	JH, HSS
Fit+Gesund	13:30 - 14:45	Orthopädie Reha	JH, HSS
Fit+Gesund	14:45 - 16:00	Orthopädie Reha	JH, HSS
LE	17:00 - 18:30	Jahrgang 2012-2010	CBG Anbau
LE	18:30 - 20:00	Ab 16 Jahren	CBG Anbau
TS	17:00 - 18:30	TaiChi Erw. m/w	JH, HSS
TT	17:00 - 20:00	Jugend m/w	Städt.TH
TT	20:00 - 22:00	Aktive	Städt.TH
TR	Siehe unten		
TU	18:30 - 20:00	RopeSkipper Aufbaugruppe	MS
TU	18:00 - 19:00	Sondergymn. m/w	JH
TU-Fitness		Zumba	
TU-Fitness	20:00 - 21:00	Zumba-Fitness, w	JH
TU	9:30 - 10:30	Lady Fit m/w	JH, HSS
TU	19:00-20:00	Body-Workout	JH
TU-Fitness	20:00 - 21:00	Drums Alive	JH, HSS
VB	18:30 - 20:00	Damen 3, 4, Jugend	LoHa
VB	20:00 - 22:00	Damen 1, 2	LoHa
VB	20:15 - 22:00	Freizeitgruppe	LoHa

Triathlon-Trainingszeiten: [www.triathlon.lsv-ladenburg.de/training](http://www.triathlon.lsv-ladenburg.de/training)

LoHa: Lobdengauhalle; LoHa Gym.R: Lobdengauhalle Gymnastikraum; MS: Martinsschule;  
 Städt.TH: Städtische Turnhalle; TH CBG-Anbau: Turnhalle im CBG-Anbau;  
 EKS: Turnhalle Erich Kästner Schule; ALS: Turnhalle Astrid Lindgren Schule  
 JH: Jahnalle; JH, HSS: Jahnalle Hubert-Schmitt-Saal; RöSt: Römerstadion

## LSV - Winter -Trainingsangebot - Dienstag

DIENSTAG	Zeit	Gruppe	Ort
BA	17:30 - 19:00	Jugend U 12 m/w	LoHA
Fit+Ge-sund	14:45 - 15:45	Reha-Sport bei Lungenerkrankung	JH
FU	17:00 - 18:30	E - Jugend	MS
HA	17:00 - 18:30	Jugend-Torwarttraining	LoHa, Gymn.Raum
HA	19:00 - 20:30	Damen	LoHa
HA	20:30 - 22:00	Herren	LoHa
LE	18:00	Laufftreff Erwachsene	RöSt.
TR	18:30-19:30	Jugend Run	RöSt.
TU	16:00 - 17:00	Zumba for Kids ab 8 J.	JH, HSS
TU	15:45 - 16:45	Gymn. 60+ w	JH
TU	17:00 - 18:30	Turnen m (6-10J.)	JH
TU	20:00 - 21:00	Aktiver Rücken 50+	JH
TU	18:00 - 19:00	Body Workout w	TH Erich-Kästner Sch.
TU	18:30 - 21:00	Rope Skipping Profi-Skipper	MS
VB	17:00 - 19:00	Jugend, Anfänger	LoHa
VB	19:00 - 20:30	Damen 1	LoHa

Triathlon-Trainingszeiten: [www.triathlon.lsv-ladenburg.de/training](http://www.triathlon.lsv-ladenburg.de/training)

LoHa: Lobdengauhalle; LoHa Gym.R: Lobdengauhalle Gymnastikraum; MS: Martinsschule;  
 Städt.TH: Städtische Turnhalle; TH CBG-Anbau: Turnhalle im CBG-Anbau;  
 EKS: Turnhalle Erich Kästner Schule; ALS:Turnhalle Astrid Lindgren Schule  
 JH: Jahnhalle; JH, HSS: Jahnhalle Hubert-Schmitt-Saal;  
 RöSt: Römerstadion

## LSV – Winter -Trainingsangebot – Mittwoch

MITT- WOCH	Zeit	Gruppe	Ort
Ballschule	17:00 – 18:00	Ballschule 3 – 5 Jahre	MS
	18:00 – 19:00	Ballschule 6 – 8 Jahre	MS
BA	18:10 – 19:35	Jugend	LoHa
BA	19:35 – 20:55	Herren 1	LoHa
BA	20:55 – 22:15	Herren 2	LoHa
FU	18:30 – 20:00	AH Freizeitmannschaft	RöSt.
Fit+Gesund	9:00 – 10:30	Reha Diabetes	JH, HSS
Fit+Gesund	10:30 – 11:30	Reha Sport nach Krebs	JH, HSS
HA	17:00 – 18:15	Jugend mD	LoHa
HA	17:00 – 18:30	Jugend-Torwarttraining	LoHa, Gymn.Raum
LE	17:00 - 18.30	Jahrgang 2009-2008	CGB Anbau
LE	18.30 - 20:00	Jahrgang 2007-2002	CBG Anbau
TS	20:00 – 21:30	Intern. Folklore	JH, HSS
TT	20:00 – 22:00	Hobby-Spieler	JH
TU	14:30 – 15:30	Turnen m/w (4-6J.)	JH
TU	15:45 – 16:45	Turnen w (7-10J.)	JH
TU	17:00 – 18:00	Turnen w (11-14J.)	JH
TU	18:00 – 20:00	Leistungsturnen w	JH
TU-Fitness	17:30 – 18:30	Zumba w	JH, HSS
TU	18:45 – 19:45	BodyWorkout m/w	JH, HSS

Triathlon-Trainingszeiten: [www.triathlon.lsv-ladenburg.de/training](http://www.triathlon.lsv-ladenburg.de/training)

LoHa: Lobdengauhalle; LoHa Gym.R: Lobdengauhalle Gymnastikraum; MS: Martinsschule;  
 Städt.TH: Städtische Turnhalle; TH CBG-Anbau: Turnhalle im CBG-Anbau;  
 EKS: Turnhalle Erich Kästner Schule;  
 JH: Jahnhalle; JH, HSS: Jahnhalle Hubert-Schmitt-Saal;  
 RöSt: Römerstadion

## LSV – Winter -Trainingsangebot – Donnerstag

DONNERS-TAG	Zeit	Gruppe	Ort
FU	17:00 – 18:30	D – Jugend	MS
Fit+Gesund	9:30 – 10:30	Reha Orthopädie	JH, HSS
Fit+Gesund	10:45 – 11:45	Reha Orthopädie	JH
Fit+Gesund	9:00 – 10:30	Yoga am Morgen	Molitorstube
HA	17:00 – 18:15	Jugend mE	LoHa
HA	18:00-19:30	Jugend mB	LoHa
HA	19:00 – 20:30	Herren	LoHa
HA	20:30 – 22:00	Damen	LoHa
TR	Siehe unten		
TT	18:00 – 20:00	Jugend m/w	St.TH
TT	20:00 – 22:00	Aktive	St.TH
TU	9:30 – 10:30	Gymn.m/w	JH
TU	15:15 – 16:15	Eltern- Kind (2-4J.)	JH
TU	17:00 – 20:00	Rope Skipping Profi-Skipper	JH
TU	20:00 – 22:00	Männerfitness 40+	JH
			JH, HSS
TU-Fitness	18:45 – 19:45	m.a.x.	JH, HSS
TU	17:00 – 18:30	Rhönrad w/m Anfänger	TH CBG-Anbau
TU	18:30 – 20:00	Rhönrad w/m, Wettkampf+ Show	TH CBG-Anbau

Triathlon-Trainingszeiten: [www.triathlon.lsv-ladenburg.de/training](http://www.triathlon.lsv-ladenburg.de/training)

LoHa: Lobdengauhalle; LoHa Gym.R: Lobdengauhalle Gymnastikraum; MS: Martinschule;  
 Städt.TH: Städtische Turnhalle; TH CBG-Anbau: Turnhalle im CBG-Anbau;  
 EKS: Turnhalle Erich Kästner Schule; ALS:Turnhalle Astrid Lindgren Schule  
 JH: Jahnhalle; JH, HSS: Jahnhalle Hubert-Schmitt-Saal;  
 RÖSt: Römerstadion

## LSV – Winter -Trainingsangebot – Freitag und Samstag

FREITAG	Zeit	Gruppe	Ort
BA	20:30 – 22:00	Herren 1	LoHa
Fit+Gesund	10:45 – 11:45	Reha Orthopädie	JH, HSS
Fit+Gesund	13:30 – 14:45	Reha Orthopädie	JH, HSS
Fit+Gesund	14:45 – 16:00	Reha Orthopädie	JH, HSS
Fit+Gesund	8:00 – 9:00	Yoga für Aufgeweckte	JH, HSS
HA	16:00 – 17:00	Superminis	St.TH
HA	17:00 – 18:00	Minis	LoHa
LE	18:00 – 19:30	Sportabzeichentraining m/w	ALS
LE	16:00 – 17:00	Walkinggruppe	RöSt
TR	Siehe unten		
TT	18:00 – 20:00	Schüler + Jugend	JH
TT	20:00 – 22:00	Erwachsene	JH
TU	9:30 – 10:30	Fit im Alter m/w	JH, HSS
TU	14:30 – 16:00	Rope Skipping Mini-Skipper m/w	JH
TU	16:00 – 18:00	Turnen Leistungs-Turnen w	JH
TU	17:30 – 19:30	Rope Skipping m/w Fun-Skipper Fortgeschrittene	TH CBG-Anbau
VB	17:00 – 19:00	Damen 4	
VB	17:30 – 19:00	Jugend	LoHa
VB	19:00 – 20:30	Damen 3	LoHa
VB	19:00 – 21:00	Damen 1 und 2	LoHa
<b>Samstag</b>	10:00 – 11:00	Hatha Yoga	ALS

Triathlon-Trainingszeiten: [www.triathlon.lsv-ladenburg.de/training](http://www.triathlon.lsv-ladenburg.de/training)

LoHa: Lobdengauhalle; LoHa Gym.R: Lobdengauhalle Gymnastikraum; MS: Martinsschule;  
 Städt.TH: Städtische Turnhalle; TH CBG-Anbau: Turnhalle im CBG-Anbau;  
 EKS: Turnhalle Erich Kästner Schule; ALS: Turnhalle Astrid Lindgren Schule  
 JH: Jahnalle; JH, HSS: Jahnalle Hubert-Schmitt-Saal; RöSt: Römerstadion