

LSV – Sommer –Trainingsangebot – Montag

MONTAG	Zeit	Gruppe	Ort
BA	17:15 – 18:30	Jugend und Mädels	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	RöSt
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	16:00 – 17:00	Jahrgang 2011-2013	RöSt
LE	17:00 - 18:30	Jahrgang 2004-2010	RöSt
LE	18:30 – 20:00	Ab 16 Jahren (2003)	RöSt
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	19:00 – 20:00	Zumba	JH, HSS
TU-Fitness	20:00 – 21:00	Pilates	JH, HSS
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
VB			
VB			
VB	20:30 – 22:00	Freizeitgruppe	LoHa

Triathlon-Trainingszeiten: 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 – Sommer -Trainingsangebot – Dienstag

DIENSTAG	Zeit	Gruppe	Ort
BA	17:15 – 18:30	Jugend , 2.Di.Mt.nur Mädels	LoHA
Fit+Gesund	13:30-14:30	Reha Orthopädie	JH
Fit+Gesund	14:45 – 15:45	Reha-Sport bei Lungenerkrankung	JH
Fit+Gesund	18:30-20:00	Reha Koronarsport	JH und HSS
FU	17:00 – 18:30	E – Jugend	RöSt.
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	Lauftreff 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			
VB			

Triathlon-Trainingszeiten: 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 – Sommer -Trainingsangebot – Mittwoch

MITTWOCH	Zeit	Gruppe	Ort
Ballschule	17:00 – 18:00	Ballschule 3 – 5 Jahre	MS
BA	18:15 – 19:30	Jugend und Mädels	LoHa
BA	19:30 – 21:00	Herren 1	LoHa
BA	20:45 – 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	16:00 – 17:00	Jahrgang 2011-2013	RöSt
LE	17:00 - 18.30	Jahrgang 2004-2010	RöSt
LE	18.30 - 20:00	Ab 16 Jahren (2003)	RöSt
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	Core-Drumming	JH, HSS
TU	18:45 – 19:45	BodyWorkout m/w	JH, HSS

Triathlon-Trainingszeiten: 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 – Sommer -Trainingsangebot – Donnerstag

DONNERSTAG	Zeit	Gruppe	Ort
FU	17:00 – 18:30	D – Jugend	RöSt.
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		
TS	19:45 – 20:45	Fitness Dancing	JH, HSS
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	14:45 - 15:45	Eltern-Kind 3-4 Jahre	JH
TU	15:45 – 16:45	Eltern- Kind Laufalter bis 3 Jahre	JH
TU	17:00 – 20:00	Rope Skipping Profi-Skipper	JH
TU	20:00 – 22:00	Männerfitness 40+	JH
TU	17:30 – 18:30	Zumba	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

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 – Sommer -Trainingsangebot – Freitag und Samstag

FREITAG	Zeit	Gruppe	Ort
BA	20:00 – 22:00	Herren 1	LoHa
BA	15:30-17:00	Jugend	LoHa
Fit+Gesund	13:30 – 14:45	Reha Orthopädie	JH, HSS
Fit+Gesund	14:45 – 16:00	Reha Orthopädie	JH, HSS
HA	16:00 – 17:00	Superminis	St.TH
HA	17:00 – 18:00	Minis	LoHa
LE	17:30 - 19:00	Sportabzeichentraining m/w	RöSt
LE	17:00 – 18:00	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			
VB			
VB			
VB			
Samstag	10:00 – 11:00	Hatha Yoga	ALS

Triathlon-Trainingszeiten: 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