Wettkampftraining
Schüler / Jugend /Erwachsene
(April - Oktober)

Dienstag

18.00 - 20.00

Schulsportanlage Oberhaus
Sporthalle Haus der Jugend

Wettkampftraining
Schüler / Jugend /Erwachsene
(Oktober - April)

Dienstag

18.00 - 20.00

Schulsportanlage Oberhaus

Mittel- u. Langstrecke (ganzjährig)

Dienstag

18.00 – 20.00

Schulsportanlage Oberhaus

Wettkampftraining
nach Vereinbarung
(April - Oktober)

Mittwoch

18.00 - 19.30

Städt. Dreiflüsse-Stadion
Danziger Straße

Ganzkörpertraining (ganzjährig)

Donnerstag

18.30 – 19.30

Schulsportanlage bzw.
Sporthalle Oberhaus

Krafttraining Nachwuchs
(ganzjährig)

Donnerstag

17.00 – 19.00

Kraftraum
Gymnasium Leopoldinum

Nachwuchstraining 5 - 9 Jahre
(ganzjährig)

Freitag

16.30 – 17.30

Jahnturnhalle/Jahnsportplatz
Innstadt

Nachwuchstraining ab 10 Jahre
(ganzjährig)

Freitag

17.30 - 19.00

Jahnturnhalle/Jahnsportplatz
Innstadt

Wettkampftraining
Jugend / Erwachsene
(ganzjährig)

Freitag

17.30 - 19.30

Jahnturnhalle/Jahnsportplatz
Innstadt

Konditionstraining
nach Vereinbarung
Schüler/Jugend/Erwachsene
(ganzjährig)

Freitag

19.00 - 20.00

Jahnturnhalle Konditionsraum

Besondere Trainingseinheiten
nach Vereinbarung
Schüler/Jugend/Erwachsene
SAG mit Gisela-Gymnasium
(ganzjährig)

Samstag

13.00 – 16.00

Jahnturnhalle/Jahnsportplatz
Innstadt