

Liebe Sportler und Sportlerinnen,

hier für euch der neue Wochenplan. Bitte beachtet folgendes: Der Kuschtieralarm musste auf Mittwoch, 17:00 verlegt werden, findet also parallel zu "Ganzkörperfit" mit Kimi statt. Für alle Jahrgänge der U12, also 2010 und 2011, gibt es diese Woche ein Sondertermin. Am Donnerstag warten die Trainerinnen um 18:00 im Onlinetreff auf euch. Neben einer kurzen Trainingseinheit, werden die Trainerinnen mit euch quatschen, zuhören und Tips für sportliche Osterferien geben.

| Zeit | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|--|--|----------|---|--|--|
| 17:00 - 17:45 <i>was ihr braucht:</i> <i>empfohlen für:</i> <i>Link:</i> | "Beweglichkeit und Koordination" mit Annika <i>Turnmatte oder ähnliches</i> <i>U10/U12</i> https://konferenz.schkeuditz.de/TrainingmitAnnika | | "Ganzkörper fit" mit Kimi <i>Turnmatte oder ähnliches; Seil, Gewichte (z.B Wasserflaschen)</i> <i>U12/U14/U16</i> https://konferenz.schkeuditz.de/TrainingmitKimi | | |
| 18:00-18:45 <i>was ihr braucht:</i> <i>empfohlen für</i> <i>Link</i> | "Ausdauer und Kraft mit Musik" mit Anja M. <i>Turnmatte oder ähnliches, Musik</i> <i>U14/16/U18</i> https://konferenz.schkeuditz.de/TrainingmitAnjaMielack | | "Kuscheltieralarm" mit Anja !Achtung! Findet von 17:00-17:45 statt! <i>Turnmatte, Kuschtier, Fantasie</i> <i>U8/U10</i> https://konferenz.schkeuditz.de/TrainingmitAnjaScheibner | Neu: Trainingsgruppentreff U12 mit den Jahrgängen 2010 und 2011 <i>Was wir machen? Ein wenig Sport, ein wenig Quatschen, ein wenig ...? Lasst euch überraschen</i> <i>nur U12</i> https://konferenz.schkeuditz.de/TrainingmitAnjaScheibner | Zirkeltraining mit Anja Sch. 18:00-19:00 <i>Turnmatte oder ähnliches, Musik</i> <i>U16/U18/Erwachsene</i> https://konferenz.schkeuditz.de/TrainingmitAnjaScheibner |