

Sommer 2010



LG-Schülerin Alexandra Mangold in Kelsterbach

Trainingszeiten – Veranstaltungen
Trainer



Liebe Schüler und Jugendlichen, liebe Eltern, Aktiven und Freizeitsportler!

Hier ist er, der Leichtathletik-Überblick für die Sommersaison 2010, gültig ab 12.4.2010.

Im Bereich des Techniktrainings bieten wir wie gewohnt ein **umfangreiches Trainingsprogramm** an. Es reicht vom Schülertraining für die Kleinsten bis zum täglichen Training für Profis sowie vom Langlaufen bis zum Anti-Stress-Training.

Die Trainingseinheiten werden von **speziell ausgebildeten Übungsleitern** geleitet. Neu in unserem Trainerteam begrüßen wir Christopher Scherf, der uns im Schülerbereich unterstützen wird sowie Marcus Beyermann, der das Lauftraining von Ralf Maier übernimmt.

Sollte es Fragen zum Training geben, helfen die Trainer-Infos auf der letzten Seite mit Anschrift und Telefonnummer sicherlich weiter. Zusätzlich dazu gibt es im Internet unter www.lg-mw.de weitere Informationen, z.B. alle Details zu unserem Langlauf- und Nordic-Walking Angebot.

Ich wünsche allen eine erfolgreiche Sommersaison und viel Spaß im Training

Mit freundlichen Grüßen
Oliver Scherf (Sportwart)

Veranstaltungen

- | | |
|--------------|---|
| 13.05.10 | Stadionfest |
| 5./6.6.10 | Südhessenmeisterschaften Mannschaften
(DSMM/DJMM) |
| 10.07.10 | Abendwaldlauf |
| 8.8.10 | 2. Möwathlon (Triathlon vom
Badesee zum Waldstadion) |
| 14.08.10 | Werfertag +
Vorbereitungsdreikampf |
| 10.-12.09.10 | Veluwe-Lauf in Wageningen |
| 22.-26.09.10 | Aktiv-Urlaub in Bad Kissingen |
| 23.10.10 | TGS-Waldlauf Walldorf |
| 14.11.10 | Hallensportfest LG-Schüler |
| 28.11.10 | Beginn 34. Winterlaufserie |



Leon Kirchner

Sommersaison 2010

ANSCHLUSS- UND LEISTUNGS- TRAINING

Aktive

Mo.-Sa. n.V.

OERTER

AUFBAU-TRAINING

Jugend A+B (16-19)

Mo. 18:00-20:00 SKV	OERTER
Di. 18:00-20:00 SKV	ROTHHAUPT
Do. 18:00-20:00 SKV	C. SCHERF
Fr. 17:00-19:00 SKV	OERTER
Sa. 12:00 KA	OERTER

GRUNDLAGEN-TRAINING

SchülerInnen A+B (12-15)

Di. 17:00-19:00 TGS	JAWORR / MAIER
Mi. 17:00-19:00 SKV	JAWORR / MAIER
Fr. 17:00-19:00 SKV	JAWORR / MAIER

KINDER-TRAINING

SchülerInnen C+D bis 11

Mi. 15:30-17:00 SKV	N. SCHERF/SUJAN
Do. 17:30-19:30 TGS	BARTZ

Lauftreff

HERMANN
KINKEL
Di. 19:00 und
Do. 19:00 TGS

Langlauf

M. BEYERMANN
Mo. 19:00-20:00 SKV
HELKE HENSEN
Mi. 17:30-19:00 SKV

Gymnastik

MARGRET FLECKER
Mi. 20:00-21:00 SKV

Anti-

Stress- Training

RICHARD
KRICHBAUM
Fr. 20:00
BVS/SKV

Nordic Walking

FLECKER / HORMEL /
BLECKWENN-OLDENB.
Mi. 18:00 und 19:45
Fr. 9:00 SKV

Sportabzeichen- Training

ERNST IRRGANG
Di 18:00 Uhr SKV

Trainingsorte :

SKV : Waldstadion Mörfelden

TGS : Sportplatz TGS Walldorf / Okrifteler Straße

KA : Sporthalle Frankfurt/Kalbach

TGS H : Sporthalle TGS Walldorf / Okrifteler Straße

AS: Turnhalle Arnoulschule, Walldorf

BVS : Bertha-von-Suttner-Schule

LG-Trainer

Helke Hensen

IT-Angestellter,
Sportwart Langlauf SKV Abt. LA
Hobbys: Laufen, Literatur, Stones
Adr.: Thälmannstr.37a, Mörf.,
Tel.:06105/24821
EMail: helke_hensen@yahoo.de



Ralf Maier

Sportwissenschaftler (B-Lizenz),
Hobbys: Sport, Musik
Adr.: Heinrichstr. 3, Mörfelden
Tel. 06105/309115
EMail: ralf@mehrkampfteam.de



Lutz Rothhaupt

Sportwissenschaftler, Leiter Kindersportschule
TGS Walldorf, Schülertrainer (C-Lizenz) seit
1985, B-Trainer Präv. u. Reha.
Hobbys: Fitness, Spinning
Adr.: Feldstr. 24, 64546 Mörfelden
Tel.: 06105-952279 / 0163-7010050
EMail: lutz.rothhaupt@arcor.de



Markus Oerter

Sportwissenschaftler, Jugend- und
Aktiventrainer (A-Lizenz), Hobbys:
Reissen, Carven
Tel.: d 069/21247045, 0177/7784163
EMail: oerter@mehrkampfteam.de

Edda Bartz

Diplomsportlehrerin DSB,
Leistungssportbereich
Schülertrainerin in Walldorf
(B-Lizenz) seit 1988, seit 1996 bei der LG
Hobbys: Sport
Tel.: p 06103/79127 d 069/6700259
EMail: bartz@dosb.de



Hans Hormel

Abteilungs-Leiter SKV-Leichtathletik ,
Nordic-Walking-Trainer,
Hobbys: Video filmen, Radfahren
Adresse : Georgenstr.21, Mörfelden
Tel.: 06105/23586
EMail : hans.hormel@onlinehome.de



Niklas Sujan

Schüler,
Schülertrainer seit 2008,
Hobbys: Laufen, Sport
Adr.: Thälmannstr.18, Mörfelden
Tel.: 279182 , 0151-14100597
EMail: niklas@sujan.de



Timo Jaworr

Freier Journalist,
Pressewart TGS Abt. LA., Schülertrainer
(B-Lizenz) seit 1998,
Hobbys: Vinyl sammeln
Tel.: 0177/4654419
EMail: timo@mehrkampfteam.de

Margret Flecker

Angestellte für Markt und Statistik,
Nordic-Walking-Trainer (B-Lizenz
Prävention)
Hobbys: Lesen, Radfahren
Tel.: 06105/24924
EMail : margret.flecker@t-online.de



Natalja Scherf

Soziologie-Studentin, Schülertrainerin (C-
Lizenz), Hobbys: Sport
Tel.: 06105-923511, 0176-64806450
Email: nataljascherf@web.de



Hermann Kinkel

Rentner, seit 1994 Leiter des Lauftreffs
Hobbys: Radfahren, Bowling
Adr.: Treburer Str. 31, Walldorf
Tel.: 06105/75917



Richard Krichbaum

Diplomkaufmann,
erster Vorsitzender SKV Mörfelden,
C-Lizenz
Hobbys: Musik
Adr.: Hochstr.13, Mörfelden, Tel. p 24127
EMail: RichardKrichbaum@web.de

Christopher Scherf

Network Engineer, Dipl.Ing., (C-Lizenz),
Hobbys: Sport, Musik
Adr.: Dieselstr. 27, Mörfelden
Tel. 06105/271795



Ursula Bleckwenn-Oldenburg

Hausfrau, Nordic-Walking-Trainerin
seit 2008
Hobbys: Sport, Lesen
Adresse : Mozartstr.16, Mörfelden
Tel.: 06105/1557
EMail : h.u.s.oldenburg@t-online.de



Ernst Irrgang

Beamter i.R., seit 2001 Leiter des
Sportabzeichen-Trainings
Hobbys: Radfahren, Wandern
Tel.: 06105/1319
Email: e.irrgang@t-online.de



Marcus Beyermann

Hobbys: Familie, Sport - Ski fahren, Essen,
Tel. p 21859
EMail: luca20199@aol.com