



Trainingszeiten des LAC Arnstorf

Abteilung Leichtathletik und Breitensport:

Wann	Uhrzeit	Was	Wo	Wer
Montag	18.00 bis 19.00	Turnen mit Ingrid	Grundschulturn- halle	Kinder 1./2. Klasse
Montag	18.00 bis 19.00	Training mit Gabi und Petra	Turnhalle Haupt- Realschule	Kinder 3./4. Klasse
Montag	18.00 bis 19.00	Mehrkampf- Training mit Alois	Turnhalle Haupt- Realschule	Ab 5. Klasse/Jugendliche
Montag	19.00 bis 21.00	Hallentraining mit Alois	Turnhalle Haupt- Realschule	Erwachsene/Jugendliche
Dienstag	15.30 bis 16.30	„Tanzmäuse“- Training	Grundschulturn- halle	Kinder von 4 – 7 Jahren ->Anmeldung bitte unter 08723/1200
Mittwoch	8.00 bis 9.00	Walking u. Nordic Walking	ESB-Parkplatz b.d.Ecker-Eichen	Für Jedermann, auch Nichtmitglieder

Mittwoch	18.00 bis 19.00	Lauftraining mit Alois	Ida-Schumacher- Straße	Erwachsene/Jugendliche
Donnerstag	17.00 bis 18.00	Rudi-Turnen	Grundschulturn- halle	Kindergartenkinder
Donnerstag	20.00 bis 21.00	Aerobic mit Monika	Turnhalle Haupt- Realschule	Erwachsene/Jugendliche
Samstag	14.00 bis 15.00	Trimm-Trab, Walking und Nordic Walking	ESB-Parkplatz b.d.Ecker-Eichen	Für Jedermann, auch Nichtmitglieder
Samstag	14.30 bis 15.30	Laufend spielen- spielend laufen mit Ingrid	Stelzenöd Waldwerkstätte Bachl	Kinder ab 7
Samstag	9.30 bis 10.30	Moderner Kindertanz mit Karin	Grundschulturn- halle	Kinder von 7 – 9 Jahre
Samstag	10.30 bis 11.30	Moderner Kindertanz mit Karin	Grundschulturn- halle	Kinder ab 10 Jahre
Samstag	15.00 bis 16.00	Lauftraining mit Alois	Ida-Schumacher- Straße	Erwachsene/Jugendliche