



## *Training der Leichtathleten Winter 2022 / 2023*

### *(gültig ab Herbstferien 2022)*

Disziplin		Wann?	Wo?	Trainer	Gruppe
<b>Grundlagen- training / Disziplinen</b>	Mehrkampf (Sprung, Wurf, Sprint)	Mo. 16:15 – 17:45 Uhr	Neue Halle Besselgymnasium	Adrian Schürmann Tapio Linnemöller Maximilian Busse Ruben Kamminga	13 - 20 Jahre
		Mi. 15:30 - 17:00 Uhr	Kampahalle		
		Do 16:00 - 18:00 Uhr	Neue Halle Besselgymnasium		
		Fr. 13:30 - 15:00 Uhr	Neue Halle Besselgymnasium		
<b>Kinder- leichtathletik</b>	Spass an der Bewegung und Grundlagen der Leichtathletik	Di 15:30 – 17:00 Uhr	Kampahalle	Heidi Beuke-Meyer	6 - 9 Jahre
		Di 16:30 - 18:00 Uhr	Halle Besselgymnasium	Sabine Schulte	10 - 13 Jahre
	Spass an der Bewegung für die Jüngsten	Do 16:00 - 17:15 Uhr	Hohenstaufenschule	Heidi Beuke-Meyer	4 - 6 Jahre
<b>Sprint und allgemeine Fitness</b>	Sprint von 100m bis 400m, Workout und Fitness	Mo 18:00 - 20:00 Uhr	Kampahalle	Jan Scheidemann	Erwachsene
		Fr. 18:00 – 20:00 Uhr			
<b>Laufen</b>	Mittelstrecke	Di 17:00 - 18:45 Uhr	Weserstadion	Wolfgang Vehlewald	14 Jahre und älter
		Do 17:00 - 18:45 Uhr			
	Langlauf	Mi 18:00 – 19:30 Uhr	Weserstadion	Hartmut Engel	Erwachsene / U20



**Kontakt:**

Adrian Schürmann  
Tapio Linnemöller  
Hartmut Engel  
Wolfgang Vehlewald  
Heidi Beuke-Meyer  
Sabine Schulte  
Jan Scheidemann  
Maximilian Busse  
Ruben Kamminga

[adrianschuermann@googlemail.com](mailto:adrianschuermann@googlemail.com)  
[linnemoeller@googlemail.com](mailto:linnemoeller@googlemail.com)  
[hartmut.engel@teleos-web.de](mailto:hartmut.engel@teleos-web.de)  
[wolfgang.vehlewald@gmx.de](mailto:wolfgang.vehlewald@gmx.de)  
[heidi.beuke-meyer@sv1860minden.de](mailto:heidi.beuke-meyer@sv1860minden.de)  
[s.schulte@sv1860minden.de](mailto:s.schulte@sv1860minden.de)  
[jan.scheidemann@googlemail.com](mailto:jan.scheidemann@googlemail.com)  
[maximilian.busse0402@gmail.com](mailto:maximilian.busse0402@gmail.com)  
[ruben.kamminga@gmx.de](mailto:ruben.kamminga@gmx.de)

Leichtathletiksparte im SVM:  
[leichtathletik@sv1860minden.de](mailto:leichtathletik@sv1860minden.de)

Achim Schulte