

## Rahmentrainingsplan WSV-LL Frauenwald für September/Oktober 2018

Entsprechend der Witterung werden Änderungen der Trainingsinhalte kurzfristig bekannt gegeben.

Tag	Datum	Uhrzeit	ÜL	Treffpunkt	Trainingsinhalt	Mitzubringen	gilt für	
Dienstag	11.09.	16:00	Ahrndt	Sportplatz Frauenwald	allgemeine Athletik / Cross / Spiele	Laufsachen	SNW	
Freitag	14.09.	15:00	Krause	Sportplatz Schmiedefeld	Inliner (ohne Stöcke)	Inliner	SNW+Neueinsteiger	
Samstag	15.09.	10-15:00	<b>NK-WK in Schmiedefeld (Sprung+Crosslauf an der Schanze) Wer Lust hat zum Zuschauen oder vielleicht auch mit zum Helfen (Siegerehrung o.ä.) ist gerne vor Ort gesehen.</b>					
Dienstag	18.09.	16:00	Ahrndt	Sportplatz Frauenwald	allgemeine Athletik / Cross / Spiele	Laufsachen	SNW	
Dienstag	25.09.	16:00	Ahrndt	Sportplatz Frauenwald	allgemeine Athletik / Cross / Spiele	Laufsachen	SNW	
Freitag	28.09.	15:00	Krause	Sportplatz Schmiedefeld	Inliner (ohne Stöcke)	Inliner	SNW+Neueinsteiger	
Dienstag	02.10.	16:00	Ahrndt	Sportplatz Frauenwald	allgemeine Athletik / Cross / Spiele	Laufsachen	SNW	
Dienstag	09.10.	16:00	Ahrndt	Sportplatz Frauenwald	allgemeine Athletik / Cross / Spiele	Laufsachen	SNW	
Sonntag	14.10.	ab 8:00	<b>Teilnahme am Herbstlauf in Masserberg</b>					

Witterungsbedingt sind kurzfristige Änderungen, sowohl bezüglich Treffpunkt als auch Trainingsinhalt möglich.

Bei unklaren Verhältnissen erfolgt kurzfristig Info durch den ÜL per Whats-App!

Über sonstige Abweichungen wird über die Whats-App Gruppen informiert!

Interessierte Nachwuchs-LL aus Schmiedefeld oder Stützerbach können natürlich am "Frauenwalder" Training teilnehmen. Dann bitte kurze Rücksprache mit dem ÜL nehmen.

### Vorläufige Zuordnung:

**Skinachwuchs 1 - SNW1:** Stine, Svenja, Lucy

**Skinachwuchs 2 - SNW2:** Amy, Anastasia, Miniflieger nach Abstimmung und Neueinsteiger bis 2. Klasse