



## Wintertraining 2017 / 2018

Termin	Art des Trainings	Ort	Trainer	Kontakt
<b>Optimistenanfänger 2018</b>				
Mittwoch, 16.30 - 18.00 Uhr (ab Januar 2018)	Theorie	VSaW	Lars	<a href="mailto:lars.haverland@vsaw.de">lars.haverland@vsaw.de</a>
<b>Optimistengruppe B</b>				
Mittwoch, 16.30 - 18.30 Uhr	Athletik	Dreilinden-OS (Turnhalle)	Normen	<a href="mailto:normen.zok@googlemail.com">normen.zok@googlemail.com</a>
Samstag, 10.00 - 14.00 Uhr (Nach Vereinbarung)	Theorie, Athletik, Wasserarbeit	VSaW	Normen	
<b>Optimistengruppe A</b>				
Mittwoch, 18.30 - 20.00 Uhr	Athletik	Dreilinden-OS(Turnhalle)	Jonas	<a href="mailto:jo.ka.re@web.de">jo.ka.re@web.de</a>
Dienstag, 17.00 - 19.00 Uhr	Athletik, Theorie	VSaW	Jonas	
Samstag, 10.00 - 14.00Uhr (Nach Vereinbarung)	Theorie, Athletik, Wasserarbeit	VSaW	Jonas	
<b>420er</b>				
Dienstag, 19.30- 21.00 Uhr	Athletik	Conrad-GS (alt) (Turnhalle)	Marko / Julian	<a href="mailto:marko.mueller@vsaw.de">marko.mueller@vsaw.de</a>
Donnerstag, 17.00 - 19.00 Uhr	Kraftraum/ Theorie	VSaW	Marko / Julian	
Samstag, 10.00 - 14.00 Uhr (Nach Vereinbarung)	Theorie, Athletik, Wasserarbeit	VSaW	Marko / Julian	
<b>Laser</b>				
Dienstag, 17.00 - 19.00 Uhr	Theorie/Kraftraum	VSaW	Mike	<a href="mailto:mike.zok@vsaw.de">mike.zok@vsaw.de</a>
Donnerstag, 18.30 - 20.00 Uhr	Athletik	Schadow-OS (Turnhalle)	Mike	
Samstag, 10.00 - 14.00 Uhr (Nach Vereinbarung)	Theorie, Athletik, Wasserarbeit	VSaW	Mike	