

Wintertraining 2018 / 2019

Termin	Art des Trainings	Ort	Trainer	Kontakt
Optimistenanfänger 2019				
Montag, 16:00 - 18:00 Uhr	Theorie & Athletik	VSaW	Lars	lars.haverland@vsaw.de
Optimistengruppe B				
Mittwoch, 17:00 - 18:30 Uhr	Theorie & Athletik	Drei Linden Schule (Halle)	Marko	marko.mueller@vsaw.de
Sonnabend, 10:00 - 12:00 Uhr (optional)	Theorie & Athletik	VSaW		
Optimistengruppe A				
Dienstag, 16:30 - 18:00 Uhr	Athletik	Zinnowwald Schule (Halle)	Jonas	jo-ka-re@web.de
Donnerstag, 17:00 - 18:00 Uhr	Athletik	VSaW		
Donnerstag, 18:00 - 19:00 Uhr	Theorie	VSaW		
Sonnabend, 10:00 - 14:30 Uhr (optional)	Theorie, Athletik, Wasserarbeit	VSaW		
420er				
Dienstag, 19:30 - 21:00 Uhr	Athletik	Werner-von-Siemens OS (Halle neu)	Julian	julian@patrunky.de
Donnerstag, 17:00 - 19:00 Uhr	Kraftraum	VSaW		
Samstag, 10.00 - 16.00 Uhr (optional)	Theorie, Athletik, Wasserarbeit	VSaW		
Laser				
Dienstag, 18:00 - 19:30 Uhr	Kraftraum	VSaW	Mike	mike.zok@regattahandel.de
Donnerstag, 18:30 - 20:00 Uhr	Athletik	Schadow OS (alte Halle)		laser@vsaw.de
Samstag, 10.00 - 16.00 Uhr (optional)	Theorie, Athletik, Wasserarbeit	VSaW		
Junioren Bundesliga				
Dienstag, 19:30 - 21:30 Uhr	Athletik	Conrad Schule (Halle)	Lars	lars.haverland@vsaw.de