

Trainingsplan UFC Ellingen

gültig vom 01.04.2019 – 31.10.2019, Stand: 01.04.2019

Sparte Aikido

Montag	16:00 – 17:30	Kinder	AH	Hanke - Böhm
Montag	18:00 – 19:30	Jugend & Erwachsene	AH	Hanke - Fenzel

Sparte Badminton

Freitag	18:00 – 19:00	Kinder und Jugend	1/3	Schmidt - Schwab
Freitag	19:00 – 21:00	Erwachsene	1/3	Benzinger - Kohlmann

Sparte Baseball-Softball

Dienstag	18:30 – 20:00	Erwachsene	WP	Adinolfi
----------	---------------	------------	----	----------

Sparte Bodenkampf

Freitag	15:15 – 17:00	Kinder	AH	Schulz - Rühl
---------	---------------	--------	----	---------------

Sparte Bogenschießen

Dienstag	16.00 – 18.00	Kinder, Jugend und Erwachsene	SPF	Höppler
Samstag	15.00 – 17.00	Kinder, Jugend und Erwachsene	SPF	Höppler

Sparte Dynamic Karate

Montag	18:00 – 19:00	Kinder & Jugend Fortg.	AH	Kupplmayr
Mittwoch	16:00 – 17:00	Kinder ab 5 Jahren	AH	Kupplmayr – Hanke
Mittwoch	17:00 – 18:00	Kinder & Jugend Fortg.	AH	Kupplmayr – Hanke
Donnerstag	19:45 – 21:00	Jugend & Erwachsene	GETFIT	Riehl - Kamm

Sparte Kickboxen

Montag	19:30 – 21:00	Kickboxen	AH	Kupplmayr
Mittwoch	19:45 – 21:15	Kickboxen	GETFIT	Kupplmayr

Sparte Einrad

Donnerstag	16:30 – 18:00	Kinder	AH	Emmerling – Emmerling
------------	---------------	--------	----	-----------------------

Sparte Freizeit

keine festen Trainingszeiten – die Sparte Freizeit agiert aktionsbezogen

Sparte Fußball

Donnerstag	19.00 – 20.30	Freizeitspieler	WP	Städler - Link
Freitag	14.30 – 16.00	U15	WP	Hardenberg – Hinz D. - Schmauser
Freitag	14.30 – 16.00	U17	WP	Schmauser - Hardenberg – Hinz D.
Freitag	16.00 – 17.00	U5+U7	WP	Ulbrich – Eibl – Huber
Freitag	17.00 – 18.00	U9+U11	WP	Ulbrich – Eibl – Huber - Morana
Freitag	17.00 – 18.00	U13	WP	Lautner – Kirsch – Forkel

Sparte Fußball (Soccergirls – Mädels)

Mittwoch	16:30 – 17:30	U11	SPF	Heß
Montag	17:30 – 19:00	U13	SPF	Heß
oder Donnerstag	17:30 – 19:00	U13	SPF	Heß
Mittwoch	18:30 – 20:00	U15	SPF	Heß
Mittwoch	18:30 – 20:00	U17	SPF	Heß

Sparte Outdoor

Montag	ab 18:00	Nordic-Walking	PRP	Kahn
Freitag	ab 18:00	Nordic-Walking	SHF	Kahn

weitere Aktionen (Skifahren, Klettern, Geocachen, Bootsfahren) im Rahmen von Ausschreibungen!

Sparte Parkour

Mittwoch	17:00 – 18:00	Parkourlino für Kinder 6-9 J.	2/3	Beckler – Beckler – Forkel
Mittwoch	18:00 – 19:00	Parkour für Kinder bis 14	2/3	Beckler – Beckler – Forkel
Dienstag	19:00 – 21:00	Parkour-Spezialtraining	1/3	Beckler – Beckler – Forkel

Sparte Radsport

Mittwoch	17:00 – 19:00	Radlkids U7	WP*	R. Arnold + Team
Mittwoch	17:00 – 19:00	Radlkids U9	WP*	B. Flock + Chr. Strobel
Mittwoch	17:00 – 19:00	Radlkids U11	WP*	M. Schulz + Team
Mittwoch	17:00 – 19:00	Radlkids U13	WP*	Würth + Hartmann
Donnerstag	17:30 – 19:30	Powerkids U15 / U17	WP*	M. Schulz + J. Elz
Samstag (gerade Wochen)	17:00	Erwachsene	BHH	Glossner – Heid

Rennttraining CC auf Anfrage an der Bikehalle oder am Waldplatz

*Achtung – wechselnde Trainingsorte *bei schlechtem Wetter: z.B. Training in der Bikehalle

Sparte Sportakrobatik

Dienstag	14.00 – 16.00	Gr. 1-2	AH	Andrea, Jonas
Dienstag	16.00 – 17.00	Gr. 3-4	AH	Andrea, Katja
Dienstag	16.00 – 17.00	Gr. 5	AH	Nadja
Dienstag	17.00 – 17.30	Gr. 3-5	AH	Andrea, Katja, Nadja
Dienstag	17.30 – 18.00	Gr. 4-5	AH	Andrea, Nadja, Katja
Dienstag	18.00 – 18.30	Wena / Gr. 5	AH	Nadja
Dienstag	18.00 – 19.00	Leistungsklasse	AH	Andrea
Donnerstag	15.30 – 17.30	Sprungtraining / Gr. 5	1/3	Andrea
Freitag	15.30 – 18.00	Wena / Gr. 5	1/3	Nadja
Freitag	15.30 – 18.00	Leistungsklasse	1/3	Andrea
Samstag	09.00 – 10.00	Gr. 2-4	1/3	Andrea
Samstag	10.00 – 11.00	Wena / Gr. 5	1/3	Andrea
Samstag	10.30 – 13.00	Leistungsklasse	1/3	Andrea
Mittwoch	17.00 – 18.00	Theilenhofen-Gruppe	TH	Andrea

Sparte Tanzen & Gymnastik

Mittwoch	20.00 – 21.00	Dance-Fitness (ab 13.03. 10x)	AH	Heß - Pechler
Donnerstag	19.30 – 20.30	Damen-Gymnastik	AH	Balazs

Sparte Sportlertreff

Freitag + Samstag	20:00 - 21:30	Treffen der Jugendlichen	STE	Team
-------------------	---------------	--------------------------	-----	------

+ weitere Termine unter der Woche (alle Termine nach vorheriger Vereinbarung)

Projekt Mediengruppe

nach Vereinbarung	nach Vereinbarung	Videogruppe + Zeitungsgruppe	W10	Schulz
-------------------	-------------------	------------------------------	-----	--------

*plus 4-6x im Jahr am Wochenende (Samstag oder Sonntag) nach Absprache

Achtung: An Feiertagen kein Trainingsangebot!

1/3, 2/3, 3/3	= neue Halle an der Schule Ellingen, Heinrich-von-Hornstein-Straße 1, 91792 Ellingen
AH	= alte Halle an der Schule Ellingen, Heinrich-von-Hornstein-Straße 1, 91792 Ellingen
AHSE	= Altenheim St. Elisabeth in Ellingen, Neubau, 1. Stock
BHH	= Bushäuschen im Ortskern von Höttingen
DPE	= Dirtpark Ellingen, neben Waldplatz, Weiboldshausner Straße, 91792 Ellingen
KRR	= Kraftraum der Schulsporthalle Ellingen, Freiherr-von-Hornstein-Straße, 91792 Ellingen
PAPP	= Pappenheim, kleine Halle in der Grundschule, Helmut-Gollwitzer Weg 1
PRP	= Parkplatz Richtung Pleinfeld (Ortsverbindungsstraße Fiegenstall – Pleinfeld)
SHR	= Schulturnhalle Raitenbuch
SPE	= Schulsportplatz Ellingen, Heinrich-von-Hornstein-Straße 1, 91792 Ellingen
SPF	= Sportplatz Fiegenstall, liegt zwischen Fiegenstall und Wöllmetzhofen auf der rechten Seite
TRÖ	= Trainingsraum in der Fürstlichen Ökonomie, hinter dem Ellinger Schloss
TH	= Sporthalle in der Pfofelder Str. 4, 91741 Theilenhofen
W10	= Geschäftsstelle des UFC Ellingen, Weißenburger Str. 10, 91792 Ellingen
WP	= Waldplatz, Weiboldshausner Straße, 91792 Ellingen