

# Trainingsplan UFC Ellingen

gültig vom 01.11.2022 – 31.03.2023, Stand: 05.11.2022

## Sparte Aikido

Dienstag	19:00 – 20:30	Jugend & Erwachsene	AH	Hanke – Fenzel
Donnerstag	18:00 – 19:30	Jugend & Erwachsene	AH	Hanke – Fenzel (NEU!)

## 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 Bogenschießen

Samstag	15.00 – 17.00	Kinder, Jugend + Erwachsene	SPF	Schmid
Sonntag	10.00 – 12.00	Kinder, Jugend + Erwachsene	SPF	Schmid

## Sparte Dynamic Karate

Montag	19:00 – 20:30	Jugend & Erwachsene	TFT	Riehl – Dormaier – Kamm
Mittwoch	19:00 – 20:30	Jugend & Erwachsene	TFT	Riehl – Dormaier – Kamm

## Sparte Einrad

Montag	17:00 – 18.00	Kinder & Jugend	AH	Emmerling
--------	---------------	-----------------	----	-----------

## Sparte Freizeit

keine festen Trainingszeiten – die Sparte Freizeit agiert aktionsbezogen

## Sparte Fußball

Freitag	15:00 – 16:00	U5 / U7	2/3	S. Mayer, T. Schwegler
Freitag	15:00 – 16:00	U9	AH	M. Schulz + Team
Freitag	16:00 – 17:00	U13	2/3	J. Kirsch, T. Treiber, E. Löffler
Freitag	17:00 – 18:00	U11	3/3	K. Ulbrich, B. Staudinger
Donnerstag*	20:00 – 21:30	U19 / Erste	3/3	M. Fackelmeier

\*ab dem 17.11.2022

## Sparte Fußball (Socccergirls - Mädels)

Mittwoch	16:00 – 19:00	Mädels	2/3	Heß
----------	---------------	--------	-----	-----

## Sparte Outdoor

Montag	ab 16:00	Nordic-Walking	PRP	Kahn
Freitag	ab 16:00	Nordic-Walking	SHF	Kahn

weitere Aktionen (Skifahren, Klettern, Bootsfahren) im Rahmen von ausgeschriebenen Einzelveranstaltungen.

## Sparte Parkour

Dienstag	19:00 – 21:00	Parkour Gr. 1 ab 13 Jahren	1/3	Beckler + Team
Mittwoch	17:30 – 19:00	Parkour Gr. 2 von 6-9 Jahren	1/3	Beckler + Team
Mittwoch	17:30 – 19:00	Parkour Gr. 3 von 10-12 Jahren	1/3	Beckler + Team

## Sparte Ringen

Freitag	17:00 – 19:00	Kids/Jugend	Weibo	M. Schulz, D. Meier
---------	---------------	-------------	-------	---------------------

## Sparte Radsport

Dienstag	17.00 – 18.00	CC-Renngruppe	vZH	M. Strauch (M. Schulz)
Dienstag	18.00 – 19.00	CC-Renngruppe	ZH	E. Bodonj, J. Linner
Mittwoch	17.00 – 18.00	Radlkids U5	AH	S. Lang, E-M. Viola
Mittwoch	17.00 – 19.00	Radlkids U7-U13	AH/ST	M. Schulz, J. Kleblein, Team
Donnerstag	18.00 – 19.30	Enduro ab U15	BH/GETFIT*	J. Loy, B. Feil

## Sparte Sportakrobatik

Dienstag	16.00 – 18.00	Gruppe 4	AH	Jasmin
Mittwoch	17.00 – 18.00	Theilenhofen	TH	Andrea, Liane
Donnerstag	15.00 – 17.00	Gruppe	1/3	Andrea, Linn, Katja, Tabitha, Daniel, Anastasia, Nadine
Donnerstag	15.00 – 17.00	Gruppe 2	AH	Jessy, Matze
Freitag	15.00 – 17.00	Gruppe 5	1/3	Andrea, Linn, Katja, Tabitha, Daniel, Anastasia, Nadine
Freitag	16.00 – 18.00	Kader	AH	Chiara
Samstag	09.00 – 13.00	Gruppe 1 + 3	AH	Jessy, Matze
Samstag	09.00 – 12.00	Gruppe 5	Weibo	Andrea, Linn, Katja, Tabitha, Daniel, Anastasia, Nadine

### Sparte Tanzen & Gymnastik

Mittwoch	20:00 – 21:00	Dance-Fitness (ab 18.09. 10x)	AH	Heß - Pechler
Donnerstag	19:30 – 20:30	Gymnastik	AH	Balazs, Ellinger, Stettinger

### Sparte Sportlertreff

Freitag + Samstag	20:00 - 21:30	Treffen der Jugendlichen	ST	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
BH	= Bikehalle
KRR	= Kraftraum der Schulsporthalle Ellingen, Freiherr-von-Hornstein-Straße, 91792 Ellingen
MGT	= Mehrgenerationenhaus Theilenhofen
PRP	= Parkplatz Richtung Pleinfeld (Ortsverbindungsstraße Fiegenstall – Pleinfeld)
SPE	= Schulsportplatz Ellingen, Heinrich-von-Hornstein-Straße 1, 91792 Ellingen
SPF	= Sportplatz Fiegenstall, liegt zwischen Fiegenstall und Wöllmetzhofen auf der rechten Seite
ST	= Sportlertreff (mit Ergometerraum)
TFT	= Therapiezentrum Flisar in 91757 Treuchtlingen, Augsburger Str. 25a
W10	= Geschäftsstelle des UFC Ellingen, Weißenburger Str. 10, 91792 Ellingen
Weibo	= Schulturnhalle Weiboldshausen
WP	= Waldplatz, Weiboldshausener Straße, 91792 Ellingen
ZH	= ehem. Zeughaus, Schloss-Str., 91792 Ellingen
vZH	= vor dem ehem. Zeughaus, Schloss-Str., 91792 Ellingen,