

# Trainingsplan UFC Ellingen

gültig vom 01.04.2024 – 31.10.2024, Stand: 17.03.2024

## Sparte Aikido

Dienstag	19:00 – 20:30	Jugend & Erwachsene	AH	Hanke – Fenzel
Mittwoch	19:00 – 20:30	Jugend & Erwachsene	AH	Hanke – Fenzel

## Sparte Badminton

Freitag	18:00 – 19:00	Technik-Training	1/3	Benzinger
Freitag	19:00 – 21:00	Erwachsene (Freies Spiel)	1/3	Benzinger - Kohlmann

## Sparte Ringen / Bodenkampf

Freitag	17:00 – 19:00	Kinder & Jugend (Ringen)	KathPf	M.Lutz / T. Pich
---------	---------------	--------------------------	--------	------------------

## Sparte Bogenschießen

Samstag, Sonntag	Zeiten wechseln	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

## Projektgruppe Einrad

keine festen Trainingszeiten – die Gruppe trifft sich sporadisch nach Vereinbarung

## Sparte Freizeit

keine festen Trainingszeiten – die Sparte Freizeit agiert aktionsbezogen

## Sparte Fußball

Freitag	15:00 – 16:00	U7	WP	Svenja + Tobias + Benjamin
Freitag	15:00 – 16:00	U9	WP	Matthias + Team
Freitag	16:30 – 18:00	U9 + U11	WP	Karl, Barbara + Team
Freitag	17:00 – 18:30	U13 + U15	WP	Joki, Tobias T., Erik

## Sparte Fußball (Soccergirls - Mädels)

Infos unter [www.die-soccergirls.de](http://www.die-soccergirls.de)

## Sparte Outdoor

Die Sparte Outdoor agiert aktionsbezogen: (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	2/3	Beckler + Team
Mittwoch	17:30 – 19:00	Parkour Gr. 3 von 10-12 Jahren	2/3	Beckler + Team

## Sparte Radsport

Dienstag	17:00 – 19:00	CC-Renntraining	SRB	CC-Team Radsport
Mittwoch	17:00 – 19:00	CC-Trailfahren	WO	Trainerteam Radsport
Donnerstag	17:30 – 19:30	Enduro-Training	WO	Enduroteam Radsport
erster Sonntag im Monat	ab 9:00 Uhr	Erwachsenen-Radtour	ScE	Trainerteam Radsport

## Sparte Sportakrobatik

Montag	16.00 – 18.00	Leistungsklasse	AH	Annika, Anastasia
Montag	16.00 – 18.00	Kader	AH	Corina
Donnerstag	15.30 – 17.00	Gruppe 3	1/3	Jessy, Matze, Valentina
Donnerstag	16.00 – 18.00	Gruppe 4	AH	Celin, Jasmin, Luisa, Chiara
Freitag	15.00 – 16.00	Gruppe 1	AH	Amelie, Mara, Jessy, Matze
Freitag	16.00 – 17.00	Gruppe 2	AH	Amelie, Mara, Jessy, Matze
Freitag	16.00 – 18.00	Gruppe 5	1/3	Celin, Valeria, Annika, Sabrina
Samstag	09.30 – 13.00	Leistungsklasse	1/3	Andrea, Annika, Celin, Valeria
Samstag	10.00 – 17.00	Kader	1/3	Corina
Sonntag	10.00 – 17.00	Kader	1/3	Corina

## Sparte Tanzen & Gymnastik

Donnerstag	19:30 – 20:30	Gymnastik	AH/SPE	Balazs, Ellingen
Donnerstag	19:30 – 20:30	Sport und Fitness für Herren	SHF	Ziepser

## 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/Beyerlein
-------------------	-------------------	----------------------------------	------------------

### 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
KathPf	= Katholisches Pfarrheim, Ellingen
KRR	= Kraftraum der Schulsporthalle Ellingen, Freiherr-von-Hornstein-Straße, 91792 Ellingen
MGT	= Mehrgenerationenhaus Theilenhofen
PRP	= Parkplatz Richtung Pleinfeld (Ortsverbindungsstraße Fiegenstall – Pleinfeld)
ScE	= Treffpunkt vor dem Ellinger Schloss
SPE	= Schulsportplatz Ellingen, Heinrich-von-Hornstein-Straße 1, 91792 Ellingen
SPF	= Sportplatz Fiegenstall, liegt zwischen Fiegenstall und Wöllmetzhofen auf der rechten Seite
SHF	= Sportheim Fiegenstall (Dartraum)
SRB	= Parkplatz Sommerrodelbahn Pleinfeld
ST	= Sportlertreff (mit Ergometerraum)
WP	= Waldplatz, Weiboldshausner Straße, 91792 Ellingen
WO	= wechselnde Trainingsorte, Bekanntgabe jeweils über WhatsApp