

Sommertrainingsplan SC Girkhausen 2024

Trainingsgruppen	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Eltern-Kind-Turnen (bis 5 Jahre)			Eltern-Kind-Turnen 15:00 Uhr Turnhalle GS Wemlighausen ÜL: Julia Callies			
Vorschulkinder, 1. - 2. Klasse (ab 5 Jahren)	Abenteuer Turnhalle 16:30 Uhr Turnhalle GS Wemligh. ÜL: Diana		Inliner 17:00 Uhr Wendeplatte Heiligenstock ÜL: Katja K./Diana			
Kinder und Jugendliche ab 3. Klasse	Laufschule 17:00 Uhr Skihütte Girkhausen ÜL: Ramona/Katja N.		Inliner 17:00 Uhr Treffpunkt nach Absprache ÜL: Katja N/Ramona (Turnschuhe mitbringen!)	Kraft und Koordination 18:00 Uhr Turnhalle GS Wemligh. ÜL: Raphael (Katja N.)		Inliner / Skiroller 9:15 Uhr Treffpunkt nach Absprache ÜL: Katja N./Ramona (Turnschuhe mitbringen!)
Trainingsgruppe Schülercup / DP etc. (ab Jahrgang 2012)	Laufschule 17:00 Uhr Skihütte Girkhausen ÜL: Ramona/Katja	Krafttraining 17:00 Uhr Winterberg ÜL: Norbert	Skiroller 17:00 Uhr Treffpunkt nach Absprache ÜL: Norbert/Ramona (Turnschuhe mitbringen!)	Joggen 17:00 Uhr Treffpunkt nach Absprache ÜL: Norbert/Johannes		Inliner / Skiroller 9:15 Uhr Treffpunkt nach Absprache ÜL: Mathias/Ramona (Turnschuhe mitbringen!)

Gültig ab 2. Mai 2024

Bei der Einteilung der Schulklassen gilt die Zeit nach den Sommerferien 2024.

Alle Teilnehmer müssen aus versicherungsrechtlichen Gründen Mitglied im SC Girkhausen sein oder über die Talentsichtungsgruppe der Grundschule "Im Odeborntal" angemeldet!

Termine:

- 27.04.2024 Jahreshauptversammlung
- 02.06. oder 30.06.2024, 1. Sommercup, Crosslauf (Bad Berleburg)
- 16.06. oder 22.06.2024, 2. Sommercup, Athletiktest (Winterberg)
- 06. - 14.07.2023 Dachsteinfreizeit
- 14.08. - 17.08.2024 Zeltlager
- 25.08.2024, 3. Sommercup, Crosslauf (Wunderthausen)
- 01.09.2024, 4. Sommercup, Inliner (Oberhundem)
- 22.09.2024, 5. Sommercup, Skirollerberglauf (Willingen)
- 05.10.2024 Kartoffelbraten
- 12.10.2024 1. Nachwuchscup Winter, Skirollerberglauf (Gersfeld)
- 01.11.2024 Arbeitseinsatz an der Skihütte
- 03.11.2024, Siegerehrung Sommercup und 2. Nachwuchscup Winter, Technik Cross (Girkhausen)
- Dezember 2024 Trainingslager Nordischer Skiverein Rothaargebirge (ab Jg. 2015 und älter)

