



Wintertrainingsplan (November 2025 – März 2026)

Wichtiger Hinweis: Die Schulsporthallen sind während der Ferien geschlossen!

Montag	SAG vom ASG 14:40 – 16:40 Uhr (Ergo-/Kraftraum) Bianca Walter
	Giganten 16:30 – 18:00 Uhr Kraft- und Ergoraum
	Krawotten 18:00 – 19:30 Uhr Kraft- und Ergoraum Armin Gabriel
Dienstag	Jugendtraining 17:30 – 19:00 Uhr Turnhalle Leopoldinum Florian Weber
	Freies Training für Erwachsene 18:00 – 19:30 Uhr Kraft- und Ergoraum Roland Roderweis
Mittwoch	Kraft- und Ergotraining Frauen 17:00 – 18:30 Uhr Kraft- und Ergoraum Esther Elsinger-Sandner /Dr. Barbara Wasner
	Jugendtraining 18:30 – 20:00 Uhr Turnhalle St. Nikola Dr. Arthur Weber
Donnerstag	Kinder- und Jugendtraining 17:30 – 19:00 Uhr Kraft- und Ergoraum Dr. Artur Weber
	Senioren (Giganten und Freunde) Turnhalle St. Nikola 17:00 – 18:30 Uhr Dr. Franz Thanner
Freitag	Erwachsenentraining 17:00 – 18:30 Uhr Kraft- und Ergoraum; Fitness Gerhard Fischer
Samstag	zur freien Verfügung
Sonntag	Rudern nach Lust und Laune 9:00 Uhr auf dem Inn 😊

Änderungswünsche bitte an B. Wasner