

RGS – Winteraktivitäten 2011/12

Grundsätzlich kann jede/r ihr/sein Training in Krafraum und Ergohalle zu den ihr/ihm passenden Zeiten absolvieren.

Jede(r) wird in der Trainingshalle durch die anwesenden Trainer/Betreuer unterstützt!

– Einzelheiten zum Angebot per Mail durch spovo@rg-speyer.de –

Ab 18 Uhr wird die Musikanlage auf moderate Lautstärke eingestellt

Wann	Wo	Uhrzeit	Betreuung/Bemerkungen
Montag			
Junioren (Rennsport)	Krafraum und Ergohalle	17:00 – 19:30	Martin Gärtner
Jugend (Freizeitsport)	Krafraum und Ergohalle	18:00 – 19:30	Frank Durein
Erwachsene (Breitensport)	Krafraum und Ergohalle	18:30 – 20:00	Norbert Herbel Ohne Disco
Dienstag			
Walking-Treff	Festplatz Dudenhofen	8:15	Beate Wettling
Junioren (Rennsport)	Krafraum und Ergohalle	17:00 – 19:30	Martin Gärtner
Masters	Krafraum und Ergohalle	18:30 – 21:00	Peter Gärtner Ohne Disco
Jugend Alle	Zeppelinhalle	18:30 – 20:00	Philipp Alles, Gerd Jakobs, Ulrike Durein (im Wechsel, ggs. Info per Mail oder Telefon)
Erwachsene (Breitensport)	Zeppelinhalle	20:00 – 22:00	Claudia Mößner
Mittwoch			
Junioren (Rennsport)	Krafraum und Ergohalle	17:00 – 19:30	Martin Gärtner
Jugend & Erwachsene	Schwimmen Bademaxx	17:30 – 19:00	Ulrike Durein
Donnerstag			
Junioren (Rennsport)	Krafraum und Ergohalle	17:00 – 19:30	Martin Gärtner
Masters	Krafraum und Ergohalle	18:30 – 20:00	Peter Gärtner Ohne Disco
Erwachsene (Breitensport)	Krafraum und Ergohalle	18:30 – 20:00	Charlie Scheurer Ohne Disco
Clubabend	Clubzimmer RGS	20:00 – 22:00	Alfred Zimmermann
Freitag			
Walking-Treff	Festplatz Dudenhofen	8:15	Beate Wettling
Schul-AG Nikolaus-von-Weis-Gymnasium	Krafraum und Ergohalle	14:30 – 16:00	Beate Wettling, Gerd Trützler
Junioren (Rennsport)	Krafraum und Ergohalle	17:00 – 19:30	Martin Gärtner
Masters	Krafraum und Ergohalle	18:30 – 20:00	Peter Gärtner Ohne Disco
Erwachsene (Breitensport)	Kaiserdomhalle	18:30 – 20:30	Dieter Daut
Senioren	Kaiserdomhalle	20:30 – 22:30	Alfred Zimmermann
Samstag			
Rudern Junioren	Reffenthal	09:30 – 12:00	
Rudern Masters	Reffenthal		Nach Vereinbarung
Rudern Jugend (Freizeitsport)	Bootshaus bzw. Reffenthal		Nach Vereinbarung (Mailaustausch)
Rudern Erwachsene	Bootshaus bzw. Reffenthal		Nach Vereinbarung (Mailaustausch)
Sonntag			
Rudern Junioren/Masters	Reffenthal	09:30 – 12:00	
Rudern Erwachsene	Bootshaus	09:30 – 12:00	