



## Trainingsplan des Kempener LC 1953 e.V.

### Abteilung Badminton

Ansprechpartner: Markus Becker

Tel: 02152 – 9980382

Gruppe	Tag	Beginn	Ende	Sportstätte
Damen + Herren	Mo	17:00	19:30	Turnhalle Berufsschule

### Abteilung Gymnastik

Ansprechpartner: Monika Schweig

Tel: 015117339661

Gruppe	Tag	Beginn	Ende	Sportstätte
Damen	MI	18:00	19:00	Turnhalle LVD Gymnasium

### Abteilung Leichtathletik

Ansprechpartner: Simone Ulbricht

Tel: 0151 41864508

Gruppe	Tag	Beginn	Ende	Sportstätte
Winterzeit/nach den Herbstferien bis Osterferien				
Mädchen + Jungen				
U8 (6 und 7 Jahre)	Mo	16:30	18:00	Turnhalle Berufsschule
U10 (8 und 9 Jahre)	Mo	17:00	18:00	Turnhalle Berufsschule
U12 (10 und 11 Jahre)	Die	17:30	18:30	

Jugendliche (12 – 16 Jahre)	Die	17:30	18:30	Turnhalle Berufsschule
Sommerzeit/nach den Osterferien bis zu den Herbstferien				
Mädchen + Jungen				
Kinder U 8 (6 und 7 Jahre)	Die	16:30	18:00	Ludwig-Jahn-Platz
Kinder U 10(8 und 9 Jahre)	Die	17:00	18:30	Ludwig-Jahn-Platz
Kinder U 12(10 und 11 Jahre)	Die	17:30	19:00	Ludwig-Jahn-Platz
Jugendliche (ab 12 Jahre)	Do	18:30	20:00	Ludwig-Jahn-Platz

### Abteilung Kinderturnen

Ansprechpartner: Doris Lust

doris.lust@hotmail.de

Gruppe	Tag	Beginn	Ende	Sportstätte
Kinder bis 3 J.	Mo	15:45	16:45	Kleine Halle Wachtendonker Str.
Kinder v. 4 – 6 J.	Mo	17:00	18:00	

### Abteilung Reha Sport

Ansprechpartner: Herbert van den Bosch

Tel: 02152 – 8080007

Gruppe	Tag	Beginn	Ende	Sportstätte
Reha-Parkinson-Gruppe	Do	16:00	17:30	Realschule Pestalozzistr. 3 – 5
Rückenschule/Diabetes sport	Mo	16:00	17:30	Realschule
	Do	19:30	21:00	Realschule

### Abteilung Tischtennis

Ansprechpartner: Patrick Weinschenk

Tel: 017655447084

Gruppe	Tag	Beginn	Ende	Sportstätte
Jugend/Schüler	Die+Do	18:00	19:30	Realschule
Damen/Herren	Di+Do	19:30	22:00	Pestalozzistr. 3 – 5
Hobbygruppe	Di	19:30	22:00	