Trainingsplan Winter 2026/2027 – Anfragen zu Probetrainings: leichtathletik@vfl-eintracht-hannover.de

						Wochentage									
Bereich	**Ausbildung**	**Gruppe**	**Disziplinen**	**Jahrgang**	**Zielgruppe**	**Montag**	**Dienstag**	**Mittwoch**	**Donnerstag**	**Freitag**	**Samstag**	**Sonntag**	**Anmerkung**	**Übungsleiter:innen**	**Kontakt**
Allgemeine Ausbildung	Kinderleichtathletik	Kinder U6	laufen, springen, werfen	2021/2022	Kinder-LA	16:30-17:30 Kleine Halle Elsa-Brändström-Schule							Zugang Richtung Hoppenstedt-Wiese / HTV Tennis	Eline Biedermann	Eline Biedermann (0176 84 75 61 35)
Allgemeine Ausbildung	Kinderleichtathletik	Kinder U8	laufen, springen, werfen	2020 und älter	Kinder-LA	16:15-17:15 Montessori-Schule							Evtl. Aufteilung 16:00-16:45 / 16:45-17:30; Entscheidung in 2-3 Wochen. Eingang Schulhof, Hilde-Schneider-Allee	Maxi Gilde	Sandra Plesse (01577 - 427 27 53)
Allgemeine Ausbildung	Kinderleichtathletik	Kinder U10	laufen, springen, werfen	2020/2019/2018	Kinder-LA			17:15-18:30 Kleine Halle Elsa-Brändström-Schule						Luke Roho	Sandra Plesse (01577 - 427 27 53)
Allgemeine Ausbildung	Kinderleichtathletik	Kinder U12	Mehrkampf	ab Jahrgang 2017	Übergang Kinder- zu Jugend-LA		16:15-18:00 Montessori-Schule		17:00-18:30 Montessori-Schule				Zusätzliche Hallenzeit Montag 18:35-19:45 derzeit ohne Trainer; Halle frei.	Lea Zybur & Johannes Schwarzkopf	Lea Zybur (01520 447 25 16)
Allgemeine Ausbildung	Jugendleichtathletik	U14-U16 (Mehrkampf)	Mehrkampf	2014-2011	Breiten- & Leistungssport		18:00-19:30 Montessori-Schule						Freitag 16:00-18:00 Schülertraining im SLZ	Ansgar Lenfers, Jutta Jaedicke, Sven Noack & Jasper Strube	Ansgar Lenfers (0176 65 95 94 99)
Allgemeine Ausbildung	Jugendleichtathletik	U16-U20 (Mehrkampf) + Para-LA	Mehrkampf + Para-LA	2012-2007	Breiten- & Leistungssport	18:30-20:30 SLZ		18:30-20:30 SLZ		18:30-20:30 SLZ				Thomas & Janik Kolthof	Thomas Kolthof (0176 65 35 55 71)
Spezialisierung	Wettkampfsport	U18-Männer/Frauen (Leistungsgruppe Sprint) - #SprintCrewHannover	Sprint & Langsprint	2009-1991	Breiten- & Leistungssport	18:30-20:30 SLZ	18:30-20:30 SLZ	18:30-20:30 SLZ	18:30-20:30 SLZ	18:30-20:30 SLZ				Simon Bieker, Roland Strohschnitter, Rolf Pädelt, Robert Wolters, Emily Kühn, Daniel Napp	Simon Bieker (0170 446 45 46)
Spezialisierung	Wettkampfsport	U18-Männer/Frauen (Leistungsgruppe Lauf)	Mittelstrecke	2009-1998	Breiten- & Leistungssport		18:30-20:30 SLZ		18:30-20:30 SLZ					Maud Lehmann-Musfeldt, Ernst Musfeldt	Ernst Musfeldt (0174 686 21 46)
Spezialisierung	Wettkampfsport	U18-Männer/Frauen (Leistungsgruppe Wurf)	Diskus, Hammer, Kugel	2012-1997	nur Leistungssport	18:30-20:30 SLZ	18:30-20:30 SLZ	18:30-20:30 SLZ	18:30-20:30 SLZ	18:30-20:30 SLZ				Katharina Schaper	Katharina Schaper (0175 585 52 59)
Spezialisierung	Wettkampfsport	U18-Männer/Frauen (Leistungsgruppe Sprung)	Speer + Hoch	2009-2005	nur Leistungssport	18:30-20:30 SLZ	18:30-20:30 SLZ	18:30-20:30 SLZ	18:30-20:30 SLZ	18:30-20:30 SLZ				Annika & Casimir Matterne	Casimir Matterne (0162 283 72 33)
Spezialisierung	Wettkampfsport	U14-U16 Mehrkampf-Projekt mit TKH (Leistungsgruppe Mehrkampf)	Mehrkampf	2012-2010	nur Leistungssport	18:30-20:30 SLZ		18:30-20:30 SLZ		18:30-20:30 SLZ				Chris Linschmann	Chris Linschmann
Spezialisierung	Wettkampfsport	U18-Männer/Frauen (Leistungsgruppe Sprint/Sprung) - #trackfield_generation	Sprint, Langsprint, Hürden, Weit, 3-Sprung	2009-2005	nur Leistungssport	18:30-20:30 SLZ	18:30-20:30 SLZ	18:30-20:30 SLZ	18:30-20:30 SLZ	18:30-20:30 SLZ	09:00-12:00 SLZ	09:00-12:00 SLZ		Svenja & Maxi Gilde	Maxi Gilde (0163 898 23 23)
Spezialisierung	Wettkampfsport	U23-Männer/Frauen	Mehrkampf	2006-1985	Breiten- & Leistungssport		18:30-20:30 SLZ	18:30-20:30 SLZ	18:30-20:30 SLZ	18:30-20:30 SLZ	09:00-12:00 SLZ			Sven Lange, Casimir Matterne, Lea Zybur, Evi Riekert, Benjamin Küch	Sven Lange (0173 206 83 51)

Krafträume Winter 2026/2027

Tag	**Kraftraum**	**Zeit**	**Übungsleiter:innen**	**Lage**
Montag	KR 3	19:30-21:00	Gilde, Matterne, Schaper	Empore/Glaskasten
Dienstag	KR 3	19:30-21:00	Lange, Gilde, Schaper	Empore/Glaskasten
Mittwoch	KR 1	19:30-21:00	Pädelt/Bieker, Gilde, Schaper	UG, Treppe runter
Donnerstag	KR 2	19:30-21:00	Musfeldt, Gilde, Schaper	LH, der Kleine an der Leichtathletikhalle
Freitag	KR 2	19:30-21:00	Gilde, Schaper	LH, der Kleine an der Leichtathletikhalle
Samstag	KR 1	12:30-14:30	Lange, Gilde	UG, Treppe runter
Sonntag	KR 1	10:00-12:00	Gilde	UG, Treppe runter