

TRAININGSPLAN: STANDORT UNTERBILK

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
					KIDS-Starter 4-8 J. Grundausbildung 1
					KIDS-Starter 9-11 J. Grundausbildung 2
					YOUNG ab 12 J. Talentförderung
				KIDS 3 - 4,5 J. Bewegungserziehung	
	KIDS-Starter 4-8 J. Grundausbildung 1 KIDS-Starter 9-11 J. Grundausbildung 2	KIDS-Starter 4-8 J. Grundausbildung 1 KIDS-Starter 9-11 J. Grundausbildung 2		KIDS-Starter 4-8 J. Grundausbildung 1 KIDS-Starter 9-11 J. Grundausbildung 2	YOUNG (ab 15 J.) & ERWACHSENE Athletic
	KIDS-Starter 4-8 J. Grundausbildung 1 KIDS-Starter 9-11 J. Grundausbildung 2	KIDS-Starter 4-8 J. Grundausbildung 1 KIDS-Starter 9-11 J. Grundausbildung 2		KIDS-Starter 4-8 J. Grundausbildung 1 KIDS-Starter 9-11 J. Grundausbildung 2	
	YOUNG ab 12 J. Talentförderung	YOUNG ab 12 J. Talentförderung		YOUNG ab 12 J. Talentförderung	
	ZWEIKAMPF- LEISTUNGSTRAINING	ZWEIKAMPF- LEISTUNGSTRAINING		ZWEIKAMPF- LEISTUNGSTRAINING	
	YOUNG (ab 15 J.) & ERWACHSENE	YOUNG (ab 15 J.) & ERWACHSENE		YOUNG (ab 15 J.) & ERWACHSENE	

10:00 - 11:00 UHR

11:00 - 12:00 UHR

12:00 - 13:00 UHR

14:30 - 15:30 UHR

15:30 - 16:30 UHR

16:30 - 17:30 UHR

17:30 - 18:30 UHR

18:30 - 20:00 UHR

20:00 - 21:15 UHR

STANDORT:SPORTWERK DÜSSELDORF E.V.
HAUPTSTÜTZPUNKT / ZENTRALE
Landesleistungszentrum und
BundesstützpunktVolmerswertherstraße 26
40221 Düsseldorf**WEITERE STANDORTE:**

Oberkassel-Comenius-Gymnasium

Stockum-Montessori Grundschule

Oberbilk-Lessing Gymnasium

Sportwerk Pempelfort • Euler Str. 50 /
Ecke Moltke Str. • 40477 Düsseldorf**ZENTRALE:**SPORTWERK DÜSSELDORF E.V.
Landesleistungszentrum und
BundesstützpunktVolmerswertherstrasse 26
40221 Düsseldorf**KONTAKT:**Tel. 0211 - 336 88 87
info@sportwerk-duesseldorf.de
www.sportwerk-duesseldorf.de**ÖFFNUNGSZEITEN:**Mo - Fr: 08:00 Uhr - 22:00 Uhr
Sa: 09:00 Uhr - 18:00 Uhr
So: 12:00 Uhr - 17:00 UhrSTANDORT
UNTERBILK