

TRAININGSPLAN: STANDORT UNTERBILK

10:00 - 11:00 UHR

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

KIDS-Starter 4-8 J.
Grundausbildung 1

11:00 - 12:00 UHR

KIDS-Starter 9-11 J.
Grundausbildung 2

12:00 - 13:00 UHR

YOUNG ab 12 J.
Talentförderung

14:30 - 15:30 UHR

KIDS 3 - 4,5 J.
Bewegungserziehung

15:30 - 16:30 UHR

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

16:30 - 17:30 UHR

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

17:30 - 18:30 UHR

YOUNG ab 12 J.
Talentförderung

YOUNG ab 12 J.
Talentförderung

YOUNG ab 12 J.
Talentförderung

18:30 - 20:00 UHR

ZWEIKAMPF-
LEISTUNGSTRAINING

ZWEIKAMPF-
LEISTUNGSTRAINING

ZWEIKAMPF-
LEISTUNGSTRAINING

20:00 - 21:15 UHR

YOUNG (ab 15 J.)
& ERWACHSENE

YOUNG (ab 15 J.)
& ERWACHSENE

YOUNG (ab 15 J.)
& ERWACHSENE

STANDORT/ZENTRALE:

SPORTWERK DÜSSELDORF E. V.
HAUPTSTÜTZPUNKT / ZENTRALE
Landesleistungszentrum und
Bundesstützpunkt

Volmerswertherstraße 26
40221 Düsseldorf

WEITERE STANDORTE:

Oberkassel-Comenius-Gymnasium
Stockum-Montessori Grundschule
Oberbilk-Lessing Gymnasium

Pempelfort • Euler Str. 50
Ecke Moltke Str. • 40477 Düsseldorf

KONTAKT:

Tel. 0211 - 336 88 87
info@sportwerk-duesseldorf.de
www.sportwerk-duesseldorf.de

ÖFFNUNGSZEITEN:

Zentrale in Unterbilk
Mo - Fr: 08:00 Uhr - 21:30 Uhr
Sa: 09:30 Uhr - 17:00 Uhr
So: 12:00 Uhr - 17:00 Uhr
Feiertag: Geschlossen

STANDORT UNTERBILK

