

# TRAININGSPLAN: STANDORT UNTERBILK

KIDS 3 - 4,5 JAHRE	KIDS-STARTER 4 - 8 JAHRE	KIDS-STARTER 9 - 11 JAHRE	YOUNG AB 12 J.	SPORTWERK ZWEIKAMPF-KADER*	YOUNG AB 15 J. UND ERWACHSENE
BEWEGUNGSERZIEHUNG FREITAG 14:30 - 15:15 UHR	GRUNDAUSBILDUNG 1 MO. + MI. + FR. 15:30 - 16:30 UHR 16:30 - 17:30 UHR SA. 10:00 - 11:00 UHR	GRUNDAUSBILDUNG 2 MO. + MI. + FR. 15:30 - 16:30 UHR 16:30 - 17:30 UHR SA. 11:15 - 12:15 UHR	TALENTFÖRDERUNG MO. + MI. + FR. 17:45 - 18:45 UHR	LEISTUNGSTRAINING MO. + MI. + FR. 18:45 - 20:00 UHR SA. 15:00 - 16:15 UHR	TRADITIONELLES MO. + MI. + FR. 20:00 - 21:15 UHR
	YOUNG TALENTS U12* DO. 16:30 - 17:45 UHR SA. 12:30 - 13:45 UHR	YOUNG TALENTS U12* DO. 16:30 - 17:45 UHR SA. 12:30 - 13:45 UHR	YOUNG TALENTS Ü12* DO. 17:45 - 19:00 UHR SA. 13:45 - 15:00 UHR		

\*TEILNAHME IN DEN JEWEILIGEN YOUNG TALENTS GRUPPEN SOWIE AM LANDESLEISTUNGS- UND BUNDESSTÜTZPUNKT NACH ABSPRACHE MIT DEN TRAINERN!

## 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

