



## *Training der Leichtathleten Frühjahr/Sommer 2024*

Was?		Wann?	Gruppe / Alter	Trainer	Wo?
Grundlagen und Disziplinen der Leichtathletik		Mo. 16:00 – 18:00 Uhr	12 - 20 Jahre	Adrian Schürmann Tapio Linnemöller Ruben Kamminga Maximilian Busse	Besselgymnasium
		Do. 16:00 – 18:00 Uhr			
		Fr. 13:30 – 15:30 Uhr			
Kinderleichtathletik	Spass an der Bewegung und allgem. Grundlagen	Mo. 17:00 – 18:00 Uhr	4 - 5 Jahre	Annika Schürmann	Besselgymnasium
		Di. 17:00 – 18:30 Uhr	10 - 13 Jahre	Sabine Schulte Adrian Schürmann	
		Di. 16:30 – 17:45 Uhr	8 - 9 Jahre	Heidi Beuke-Meyer	
		Mi. 16:15 - 17:30 Uhr	6 - 7 Jahre		
Sprint und allgemeine Fitness	Kurz sprint (bis 400m) inkl. Fitness	Mo. 17:30 – 19:30 Uhr Fr. 17:30 – 19:30 Uhr	Erwachsene / U20	Jan Scheidemann	Besselgymnasium
Laufen	Mittelstrecke und mehr	Di. 17:00 – 18:00 Uhr Do. 17:00 - 18:45 Uhr	14 Jahre und älter	Wolfgang Vehlewald	Besselgymnasium
	Langlauf	Mi. 18:00 – 19:30 Uhr	Erwachsene / U20	Hartmut Engel	Treffpunkt Weserstadion
Sportabzeichen	Training und Abnahme	Do. 17:00 – 18:30 Uhr Fr. 17:00 – 19:00 Uhr	14 Jahre und älter	div.	Besselgymnasium

Leichtathletiksparte im SVM:

[leichtathletik@sv1860minden.de](mailto:leichtathletik@sv1860minden.de)

### Unsere Trainer:

Adrian Schürmann [adrianschuermann@googlemail.com](mailto:adrianschuermann@googlemail.com)  
 Tapio Linnemöller [linnemoeller@googlemail.com](mailto:linnemoeller@googlemail.com)  
 Wolfgang Vehlewald [wolfgang.vehlewald@gmx.de](mailto:wolfgang.vehlewald@gmx.de)  
 Heidi Beuke-Meyer [heidi.beuke-meyer@web.de](mailto:heidi.beuke-meyer@web.de)  
 Hartmut Engel [hartmut.engel@teleos-web.de](mailto:hartmut.engel@teleos-web.de)

Jan Scheidemann  
 Maximilian Busse  
 Ruben Kamminga  
 Sabine Schulte  
 Annika Schürmann

[jan.scheidemann@googlemail.com](mailto:jan.scheidemann@googlemail.com)  
[maximilian.busse0402@gmail.com](mailto:maximilian.busse0402@gmail.com)  
[ruben.kamminga@gmx.de](mailto:ruben.kamminga@gmx.de)  
[s.schulte@sv1860minden.de](mailto:s.schulte@sv1860minden.de)  
[annikaschuermann@googlemail.com](mailto:annikaschuermann@googlemail.com)