

Infoblatt November/Dezember 2022– Peter_Grueneberg(ät)web.de

Nun beginnt die Hallensaison 2022/23 - lest gründlich die folgenden Informationen !

Hinweise zum Training :

Kommt regelmäßig und informiert auch andere Sportler, die beim Training fehlten.
(Saubere Hallenschuhe , Trainingsanzug, falls auch mal ins Freie gegangen wird)

Sportler bis AK 11 führen möglichst 2 x wöchentlich Training durch –

Schwerpunkttage sind : Dienstag, Mittwoch und Freitag

Dienstag	16:00 – 17:30	AK 7 – 11	Goethe Halle ZÖLLER/DUPHORN,E. DUPHORN,K.
Mittwoch	15:05 – 17:05	AK 7 – 11	WAH (Aßmannhalle) KLIEBISCH/DUPHORN,E.
Freitag	17:00 – 18:00	AK 4 – 7	Goethe Halle TUSNAT
	17:00 – 17:30	AK 8 – 11	Goethe Halle
	17:45 – 19:00	AK 8 – 11	Jahnsporthalle MEISTER

Hinweise zu Wettkämpfen und wichtige Termine :

Sonntag, 13.11.2022 - Landeskaderberufung- und Test Erfurt

Freitag, 25.11.2022 - Feier LG Ohra – Energie in Goldbach – Zusagen mailen!
Wettkampfmöglichkeit AK 10 – 13 am **Sonntag, den 11.12.-2022 in Stadtallendorf**
(Nordhessen) – „Schokoladenpreisweihnachtssportfest“

Am **Mittwoch, den 14.12.2022** findet von 17:45 bis 18:30 Uhr die nächste **Sportsachenbörse** (Verkauf, Ausgabe, Tausch...) im **WARTBURGSTADION** statt.
Danach kleine **Weihnachtsfeier 18:30 – 20:00 Uhr im Clubraum Stadion mit Auszeichnungen !**

Es gibt für 7,00 Euro das **Heft zu kaufen „70 Jahre Kreisrekorde LA“**(s.Beiblatt)

**Sportler ab AK 12 trainieren an den Schwerpunkttagen :
Montag, Mittwoch, Donnerstag**

FOS – freizeitorientierter Sportler – blau

Er trainiert nur zur persönlichen Fitness und Gesundheit und möchte seine Schulsportnote verbessern. Wettkämpfe nur im Kreis- und für Schule.

Startpaß : KEIN Startpaß

Trainingshäufigkeit : 2 – 4 x im Monat/0,5 – 1 x pro Woche

**Hier sollen vor allem auch die Sportler kommen, die in den letzten Monaten fehlten oder selten kamen – bitte informiert alle – günstiger Tag : –)
Donnerstag 16:00 Uhr TH Stedtfelderstraße !**

WOK – Wettkampforientierter Sportler – rot

Er trainiert zum Erhalt einer guten Leistung in einer Hauptdisziplin, verstärkt auf Bedarf die Vereinsstaffeln und tritt zu Wettkämpfen vorwiegend in Eisenach oder Nachbarkreisen an.

Landesmeisterschaftsteilnahme nicht unbedingt und dann nur in Hauptdisziplin und in Staffel.

Startpaß : Startpaß

Trainingshäufigkeit : 2 x (1,5 x) pro Woche

MOS – Meisterschaftsorientierter Sportler – gelb

Er trainiert mit dem Ziel, bei Thüringer M. unter die Top 8 (Finale) zu kommen und als Höhepunkt an Mitteldeutschen M. (Einzel) und Deutschen M. (Staffel), teilzunehmen.

Startpaß : Startpaß

Trainingshäufigkeit : 3 x pro Woche

LOS – Leistungsorientierte Sportler – grün (GTK)

Ziel: Deutsche Meisterschaften

ab AK 14 - 4 x –Training wöchentlich,

ab AK 16 - 6 x –Training wöchentlich

Sportler LOS erhalten ab AK 14 FÖRDERVERTRAG, wenn Norm DM geschafft wird

Schwerpunkttage sind : Montag, Mittwoch und Donnerstag

Montag	17:30 – 19:00	AK 12 - 19	TH Stedtfelderstraße/Freiluft GRÜNEBERG/DUPHORN,K.
Mittwoch	15:05 – 17:05	AK 12 - 19	WAH (Aßmannhalle)/Stadion GRÜNEBERG
Donnerstag	16:00 – 17:30	AK 12 - 19	TH Stedtfelderstraße/Freiluft Dr. HOHMANN
	16:00 – 17:30	GTK	TH Stedtfelderstraße/Freiluft GRÜNEBERG
	17:30 – 19:00	GTK (n. Absprache)	WAH/Kraft/GRÜNEBERG
Freitag	17:30 – 19: 00	GTK (n. Absprache)	Jahnsporthalle o d e r OSP*

Training OSP Erfurt geplant :2.12./16.12./20.12./22.12./27.12.22/5.1./12.1./19.1./26.1./2.2.23

Wettkampfmöglichkeit AK 14 – Erwachsene am Samstag, den 10.12.-2022 in Stadtallendorf (Nordhessen) – „Schokoladenpreisweihnachtssportfest“
(GTK – Übernachtung 9./10.12.22 – 15,00 Euro Eigenbeitrag – ÜN/VP gibt es)

Achtung : Ausblick Januar Wettkämpfe (Erfurt) :

Kinder ab 2011 und älter benötigen Startpaß ab 2023 – Formular + 15,00 Euro Gebühr über Trainer!

07.01.2023 TLV Hallenmeeting – nur wer regelmäßig trainiert

14.01.2023 LM AK 16/17/Erw. + Winterwurf AK 14/15 + 18/19

15.01.2023 LM Mehrkampf AK 12/13 + 14/15

21.01.2023 LM AK 12/13/14/15/18/19 + Winterwurf AK 16/17 und Erw.

22.01.2023 BAMBINISPORTFEST AK 5-11

04.02.2023 Mitteldeutsche Hallenmeisterschaften AK 14 – 19 Chemnitz

05.02.2023 Mitteldeutsche Hallenmeisterschaften AK 14 – 19 Erfurt – nur Wurf