

TGUS - Showdance - Trainingsplan ab 18.2.- 10.7.26



Showdance - Anfänger Mä + Bu 5 - 10 J

| Tag | Uhrzeit | Halle | Alter | Trainer |
|-----|---------------|--------------|---------------------|------------------------|
| Mo | 15:00 - 16:00 | SZM GymH. | Anfäng. Mä+Bu 5-7 J | Martine I., Barbara S. |
| Fr | 14:30 - 15:30 | SZM MZR 2.OG | | Martine I. Sabine.Z. |
| Mo | 15:00 - 17:00 | SZM GymH. | Mä + Bu 7 - 10 J | Martine I., Barbara S. |
| Fr | 14:30 - 16:30 | SZM MZR 2.OG | | Martine I. Sabine.Z. |

Showdance - Fortgeschr. + Schülerkader + Nachwuchskader Mä + Bu

| Tag | Uhrzeit | Halle | Alter | Trainer |
|-----|---------------|--------------|-------------------|--------------------------------|
| Mo | 15:00 - 17:00 | SZM GymH. | Anfänger 5 - 7 J | Martine, Laura, Sabine |
| Mo | 17:00 - 18:00 | SZM MZR 2.OG | Anfänger 7 - 10 J | Martine, Laura, Sabine |
| Di | 18:00 - 20:00 | VS -Parsch | Kader+Nachwuchgr. | Martine I., Laura I. Sabine Z. |
| Do | 15:15 - 17:00 | SZM MZR 2.OG | Kader 7 -12 J | Martine I., Barbara S. |
| Fr | 14:35 - 16:00 | SZM Halle B | Kadertraining | Laura I. |
| Fr | 16:30 - 17:30 | SZM GymH. | Kader < 12J | Martine I. Laura I. |



Showdance - Leistungsgruppe - Mädchen + Burschen 10 - 18 J

| Tag | Uhrzeit | Halle | Alter | Trainer |
|-----|---------------|-----------|-------------|-----------------------------------|
| Do | 17:00 - 19:00 | SZM GymH. | Kader >12 J | Martine I., Laura I., Barabara S. |
| Fr | 17:30 - 19:30 | | | Martine I. Laura I. |
| Sa | 11:00 - 14:00 | | | Martine I. Laura I. |

vorbehaltlich Änderungen bei Hallenzeiten und Übungsleiter/Innen

Bürozeiten : Mo : 14:00-18:00, Di 09:00-12:00, Do, Fr : 08:00-11:00

homepage Jugend : <https://jugend.tgus.sportunion.at>

homepage Erwachsene : <https://erwachsene.tgus.sportunion.at>

Tel.0662-840948 -0, Email: tgusbg@gmail.com