

Programme groupes U15

Semaines	Dates d'entrainement		Groupe 2 «Minimes»	
1	Mardi	22.09.15	Filles Poids	Graçons Longueur
	Vendredi	25.09.15	Lauftechnik/Koordination	
	Samedi	26.09.15	Challenge Tageblatt 8	
2	Mardi	29.10.15	Groupe 1: Haies	Groupe 2: Hauteur
	Vendredi	02.10.15	Lauftechnik/Koordination (evt: Longueur/Poids)	
	Samedi	03.10.15	Coupe des Jeunes	
3	Mardi	06.10.15	Ausdauer/Circuit Training	
	Vendredi	09.10.15	Lauftechnik/Koordination	
4	Mardi	13.10.15	Ausdauer/Circuit Training	
	Vendredi	16.10.15	Stage Kevin	
	Samedi	Dimanche	Stage Kevin	
5	Mardi	20.10.15	Ausdauer/Circuit Training	
	Vendredi	23.10.15	Lauftechnik/Koordination	
6	Mardi	27.10.15	Ausdauer/Circuit Training	
	Vendredi	30.10.15	? Stage Kevin	
	Samedi	Dimanche	? Stage Kevin	
Vacances Toussaint				
7	Mardi	10.11.15	Ausdauer/Circuit Training	
	Vendredi	13.11.15	Lauftechnik/Koordination	
	Dimanche	15.11.15	Cross 1	
8	Mardi	17.11.15	Hürden Koordination	Sprint Koordination
	Vendredi	20.11.15	Stage en commun	
	Samedi	Dimanche	Stage en commun	
9	Mardi	24.11.15	Hürden Koordination	Sprint Koordination
	Vendredi	27.11.15	Wurf Koordination	
	Dimanche	29.11.15	Cross 2	
10	Mardi	01.12.15	Hürden Koordination	Sprint Koordination
	Vendredi	04.12.15	? Stage Kevin	
	Samedi	05.12.15	? Stage Kevin	
	Dimanche	06.12.15	Cross 3	
11	Mardi	08.12.15	Hürden Koordination	Sprint Koordination
	Vendredi	11.12.15	Wurf Koordination	
	Dimanche	13.12.15	Cross 4	
12	Mardi	15.12.15	Hürden Koordination	Wurf Koordination
	Vendredi	18.12.15	Laaf Meeting Coque	
	Samedi	Dimanche	? Stage Kevin	
Vacances de Noël				
13	Mardi	05.01.16	Hochsprung	Weitsprung/Dreisprung
	Vendredi	08.01.16	Sprint	
	Dimanche	10.01.16	Challenge Tageblatt 1	
14	Mardi	12.01.16	Hochsprung	Weitsprung/Dreisprung
	Vendredi	15.01.16	Sprint	
	Dimanche	17.01.16	Cross 5	
15	Mardi	19.01.16	Hochsprung	Weitsprung/Dreisprung
	Vendredi	22.01.16	Sprint	
	Dimanche	24.01.16	Challenge Tageblatt 2	
16	Mardi	26.01.16	Hochsprung	Weitsprung/Dreisprung
	Vendredi	29.01.16	Sprint	
	Dimanche	31.01.16	Match Jeunes	
17	Mardi	02.02.16	Hochsprung	Weitsprung/Dreisprung
	Vendredi	05.02.16	Sprint	
Vacances de Carnaval				

Programme groupes U15

Semaines	Dates d'entraînement		Groupe 2 «Minimes»	
18	Mardi	16.02.16		
	Vendredi	19.02.16		
	Dimanche	21.02.15	Cross 6	
19	Mardi	23.02.16		
	Vendredi	26.02.16		
20	Mardi	02.03.16		
	Vendredi	04.03.16		
	Dimanche	06.03.15	Championnat Cross	
21	Mardi	08.03.16		
	Vendredi	11.03.16		
22	Mardi	15.03.16		
	Vendredi	18.03.16		
23	Mardi	22.03.16		
	Vendredi	25.03.16		
	Vacances de Pâques			
24	Mardi	12.04.16		
	Vendredi	15.04.16		
25	Mardi	19.04.16		
	Vendredi	22.04.16		
26	Mardi	26.04.16		
	Vendredi	29.04.16		
27	Mardi	03.05.16		
	Vendredi	06.05.16		
28	Mardi	10.05.16		
	Vendredi	13.05.16		
	Vacances de Pentecôte			
29	Mardi	24.05.16		
	Vendredi	27.05.16		
30	Mardi	31.05.16		
	Vendredi	03.06.16		
31	Mardi	07.06.16		
	Vendredi	10.06.16		
32	Mardi	14.06.16		
	Vendredi	17.06.16		
33	Mardi	21.06.16		
	Vendredi	24.06.16		
34	Mardi	28.06.16		
	Vendredi	01.07.16		
35	Mardi	05.07.16		
	Vendredi	08.07.16		
	Mardi	12.07.16		
	Vacances d'été Vacances d'été			