

Trainingszeiten Winter 2022

In der aktuellen Zeit haben wir unsere Trainingszeiten und Gruppen an die Bedingungen des NLV und Landes angepasst. Folgende Regeln sind für eine Teilnahme zu beachten:

- Die Trainingseinheiten finden an folgenden Orten statt:
 - o „Alte Halle“: vordere große Halle am Stadion in Fallersleben
 - o Mum&Me: vorderer Raum an der Karl-Wilhelm-Halle in Fallersleben
 - o Sportplatz: Stadion am Windmühlenberg (Freibad), Fallersleben
 - o Laufbahn LZ: Laufbahn des Leistungszentrums des VfL, Elsterweg, Wolfsburg
- Eine **Teilnahme ist nur nach vorheriger Absprache** mit und **Genehmigung** durch den jeweiligen Ansprechpartner oder Jugendwart (Einteilung der Gruppen, Kontaktdaten) möglich
- Beachtung der Hygienehinweise (siehe VfB Homepage oder Stadt Wolfsburg)
- **Aufenthalt in/auf der Sportstätte nur innerhalb der Trainingszeit.**
- Bis 4.3. gilt die **3G-Regelung** (Ein entsprechender Nachweis ist vor Ort dem Trainer zu zeigen).
- **Bis 4.3. gilt zusätzlich: Teilnahme am Training in der Halle nur mit negativem Schnelltest (max. 24h alt; offizieller Schnelltest oder bestätigter „Schulstest“)**
- **ab 5.3. gilt: Wir würden uns freuen, wenn ihr euch weiterhin testet (auch evtl. selbst), damit wir das Risiko minimieren**
- In den Fluren/Toiletten ist eine **FFP2- Maske** zu tragen
- Nur gesund zum Training kommen
- Absagen der Athleten haben spätestens 1h vor Trainingsbeginn beim Trainer zu erfolgen
- Zuschauer/Besucher sind in der Halle nur mit FFP2-Maske gestattet
- Spezielle Regeln je nach Gruppe (Details durch die jeweiligen Trainer)
- Zu allen Trainingseinheiten Sportsachen für **drinnen und draußen** mitnehmen.

Kontaktdaten für Anfragen zum Training:

Geburtsjahrgang bis 2011: kinder@vfb-lot.de
 Geburtsjahrgang 2010 – 2009: jugend-u14@vfb-lot.de
 Geburtsjahrgang 2008 – 2007: jugend-u16@vfb-lot.de
 Geburtsjahrgang ab 2006: jugend-u18+@vfb-lot.de

Gero Redeker (Jugendwart) jugendwart@vfb-lot.de 0177-4553337
 Rainer Thienel (Laufwart) laufftreff@vfb-lot.de 0176-55942461
 Sven Jäckel (Spartenleiter) leichtathletik@vfb-fallersleben.de 0173-5188642

Gruppe/Tag	Uhrzeit	Ort	Trainer
Kinder U10/U12 (bis Jahrgang 2011)			
Gruppe „Grundlagen“	Mo, 17:00 – 18:30	„Alte Halle“	Ava Noeske Svea Hellmuth
Gruppe „Erfahrene“	Mo, 17:00 – 18:30	„Alte Halle“	Niklas Werner
	Do, 17:00 – 18:30	„Alte Halle“	Nele Pult
Jugend U14 (Jahrgang 2010 – 2009)			
	Mo, 18:30 – 20:00	„Alte Halle“	Jakub Kral
	Fr, 18:30 – 20:30	Laufbahn LZ	Jakub Kral
Jugend ab U16/Erwachsene (ab Jahrgang 2008)			
Fitness	Mo 18:30 – 20:00	„Alte Halle“	Niklas Werner Dieter Hepe
Technik (ungerade KW)	Mo 18:30 – 20:00	„Alte Halle“	Sven Jäckel
Fitness	Mi 18:30 – 20:30	„Mum&Me“	Gero Redeker Benno Wiggers
Technik (Sprint/Weit)	Fr 18:30 – 20:30	Laufbahn LZ	Gero Redeker Benno Wiggers Sven Jäckel
Laufftreff für Erwachsene			
	Do 18:00 – 19:00	Eingang Sportplatz	Rainer Thienel Rudi Schmidt

*Online-Training wird angeboten, wenn laut Corona-Verordnung ein Training vor Ort für bestimmte Gruppen nicht erlaubt ist.

Diese Trainingszeiten sind erst einmal bis auf weiteres gültig.
 Wenn sich die allgemeinen Rahmenbedingungen ändern, kann es jederzeit zu Anpassungen kommen.