



TRAININGSPLAN NACH GRUPPEN: LEISTUNGSGRUPPE 1

LSG 1					
Trainerteam	Hannes Muschol / Heike Nehr Korn / Christine England-Stritzke				
Wochentag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer / Trainerinnen	Bemerkung
Montag	17:45- 19:00	32.OS	Kür	MUS / NEH / ENG	
	19:00- 20:00	32.OS	Ballett	SCHÖ	
Mittwoch	18:30- 19:30	32.OS	Kondi	MUS	
	19:30- 20:30	32.OS	Skating Skills & Pirouetten	MUS / ENG	
Donnerstag	18:15- 19:30	32.OS	Kür	MUS / NEH	
Samstag	11:00- 12:00	32.OS	Kür	MUS / NEH	
	12:00- 13:00	32.OS	Kondi / Beweglichkeit	Selbständig nach Plan	



TRAININGSPLAN NACH GRUPPEN: LEISTUNGSGRUPPE 2

LSG 2A					
LSG 2B					
Trainerteam	Hannes Muschol / Heike Nehr Korn / Christine England-Stritzke				
Wochentag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer / Trainerinnen	Bemerkung
Montag	16:30- 17:45	32.OS	Kür	MUS / NEH / ENG	A und B
	18:00- 19:00	32.OS	Ballett	SCHÖ	A und B
Mittwoch	16:30- 17:45	32.OS	Kür	MUS / ENG / Aaliyah	A und B
	17:45- 18:15	32.OS	Beweglichkeit	MUS / Aaliyah	A und B
Donnerstag	17:30- 18:15	32.OS	Kür: Skating Skills und Pirouetten	MUS / NEH	A und B
	18:15- 19:15	32.OS	Kondi	END / Claudius	A und B
Samstag	09:00- 10:00	32.OS	Kür	MUS / NEH / Lilly	Nur B; gemeinsam mit TG A
	10:00- 11:00	32.OS	Kondi / Beweglichkeit	Lilly	Nur B; gemeinsam mit TG A
	10:00- 11:00	32.OS	Kür	MUS / NEH	Nur A
	11:00- 12:00	32.OS	Kondi / Beweglichkeit	Selbständig nach Plan	Nur A



TRAININGSPLAN NACH GRUPPEN: TALENTEGRUPPE

TG A					
TG B					
Trainerteam	Jasmin Enders / Elisabeth Jancke				
Wochentag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer / Trainerinnen	Bemerkung
Mittwoch	17:00- 17:30	32.OS	Trockentraining	Nico	A und B
	17:30- 18:30	32.OS	Kür	ENG / Nico	A und B
Donnerstag	16:30- 17:30	32.OS	Kür	END / Leonie	A und B
	17:30- 18:30	32.OS	Kondi	END	A und B
Freitag	16:30- 17:45	32.OS	Kür	END / Henrike	A und B
	17:45- 18:15	32.OS	Beweglichkeit	Henrike	A und B
Samstag	09:00- 10:00	32.OS	Kür	MUS / NEH / Lilly	Nur A; gemeinsam mit LSG 2B
	10:00- 11:00	32.OS	Kondi / Beweglichkeit	Lilly	Nur A; gemeinsam mit LSG 2B



TRAININGSPLAN NACH GRUPPEN: BREITENSportGRUPPE 1

BSG 1A					
BSG 1B*					
Trainerteam	Heike Nehr Korn / Jasmin Enders / Hannes Muschol				
Wochentag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer / Trainerinnen	Bemerkung
Montag	18:00- 19:00	Online	Kondi	END	Nur Gruppe B, Zugang über Zoom
	19:00- 20:15	32.OS	Kür	MUS / NEH	Coronabedingt nur Gruppe A
Mittwoch	18:00- 19:15	Online	Kondi	OEHM	A und B; Zugang über Zoom
Freitag	17:15- 17:45	32.OS	Trockentraining	NEH	Coronabedingt nur Gruppe A
	17:45- 19:00	32.OS	Kür	NEH / END	Coronabedingt nur Gruppe A

*Die momentanen Einschränkungen in Sachsen gelten zunächst bis 09.01.22 – sollten diese aufgehoben werden, dann gelten alle Zeiten der Gruppe A gemeinsam.



TRAININGSPLAN NACH GRUPPEN: BREITENSportGRUPPE 2

BSG 2					
Trainerteam	Sophie Jancke / Patrizia Kolar				
Wochentag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer / Trainerinnen	Bemerkung
Montag	18:00- 19:00	Online	Kondi	END	Zugang über Zoom
Mittwoch	18:00- 18:30	32.OS	Trockentraining	S.JAN / KOL	
	18:30- 19:30	32.OS	Kür	S.JAN / KOL	
Donnerstag	16:45- 18:30	MCG	Kür / Kondi	S.JAN / KOL	



TRAININGSPLAN NACH GRUPPEN ANFÄNGER 2 UND ANFÄNGER 1

A2	Einteilung erfolgt über Fanny Kiy und Ulrike Jancke				
Trainerteam	Fanny Kiy / Ulrike Jancke				
Wochentag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer / Trainerinnen	Bemerkung
Donnerstag	16:45- 18:00	MAN	Kür	F.Kiy	
Freitag	17:00- 19:00	MAN	Kür / Kondi	F.Kiy / Manja	

A1 und Probekinder	Einteilung erfolgt über Fanny Kiy und Ulrike Jancke				
Trainerteam	Ulrike Jancke / Fanny Kiy / Gerlinde Schwalm				
Wochentag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer / Trainerinnen	Bemerkung
Freitag	16:00- 18:00	MAN	Kür / Kondi	U.JAN / SCHW / Elisa	



TRAININGSPLAN NACH GRUPPEN: PAARLAUF

Paarlauf					
Trainerteam	Hannes Muschol				
Wochentag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer / Trainerinnen	Bemerkung
Montag	20:15- 21:00	32.OS	Trockentraining	MUS	
Donnerstag	19:30- 20:30	32.OS	Kür	MUS	
Samstag	12:00- 13:00	32.OS	Kür	MUS	



TRAININGSPLAN NACH GRUPPEN: SOLOTANZ

Solotanz fortgeschritten A					
Solotanz fortgeschritten B					
Trainerteam	Heike Nehr Korn				
Wochentag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer / Trainerinnen	Bemerkung
Montag	19:00-20:00	32.OS	Ballett	SCHÖ	A und B; gemeinsam mit LSG 1
	20:15-21:00	32.OS	Tanz	NEH	A und B
Mittwoch	18:30-19:30	32.OS	Kondi	MUS	A und B; gemeinsam mit LSG 1
	19:30-20:30	32.OS	Skating Skills & Pirouetten	MUS / ENG	A und B; gemeinsam mit LSG 1
Donnerstag	19:30-20:30	32.OS	Tanz	NEH	Nur A
Samstag	12:00-13:00	32.OS	Tanz	NEH	A und B

Solotanz Anfänger					
Trainerteam	Heike Nehr Korn / Johanna Nehr Korn				
Wochentag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer / Trainerinnen	Bemerkung
Freitag	16:00-17:00	32.OS	Tanz	NEH / Johanna	