



Inhalt

Gruppeneinteilung, Verantwortlichkeiten	2
Gruppe A und B	3
Gruppe C	4
Gruppe D	5
Gruppe E	5
Gruppe F	7
Gruppe G	8
Gruppe Tanz	9



Postsportverein
Dresden e.V.
Rollkunstlauf

Trainingsplan nach Gruppen

Ab 17.08.26

Stand: 11.08.2026

Gruppeneinteilung, Verantwortlichkeiten



Gruppe A und B

Basisgruppe A und B	CP, BJ, MT, EW, HL, MK, MSt, LM, SH, MW, EL, (LK)				
Verantwortung	Hannes Muschol				
Elternvertretung	KP / KW				
Wochentag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer / Trainerinnen	Bemerkung / Schlechtwetter
Montag	18:55-19:45	32.OS	Kür	Mus, Eng, Neh	
	19:45-20:30		Kondi	Oeh	
Donnerstag	18:05-18:50	32.OS / RKL-Bahn	Choreo	Soz	Voraussichtlich ab Oktober
	18:05-18:50		Kondi	Selbst	
	19:00-20:00		Kür	Eng, Neh	
Fördergruppe A	CP, BJ, MT, EW, HL, MJ				
Mittwoch	19:10-20:10	32.OS / RKL-Bahn	Kür	Mus	
Samstag	09:00-13:00	32.OS / RKL-Bahn	Kür	Mus	In individueller Absprache A-Schiene: CP



Gruppe C

Basisgruppe C	EK-F, EZ, ML, JL, MJ, LiOp, LK, CSch, PT, CB, EM, MLeu, PB, CK, TK				
Verantwortung	Hannes Muschol, Heike Nehrkorn				
Elternvertretung	DT / ZK				
Wochentag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer / Trainerinnen	Bemerkung / Schlechtwetter
Montag	18:05- 18:55	32.OS	Kür	Mus, Eng, Neh	
	19:00- 19:45		Kondi	OEH	Zusätzlich LOt, JR
Donnerstag	17:15- 18:00	32.OS / RKL- Bahn	Choreo	Soz	Voraussichtlich ab Oktober
	18:05- 19:00		Kür	Eng, Neh	
Fördergruppe C	EK-F, EZ, LOp, ML, JL, LK, PT, CS				
Mittwoch	17:45- 18:10	32.OS / RKL- Bahn	Trockentraining	Leonie	
	18:10- 19:10		Kür	Mus, Leonie	
Samstag	09:00- 13:00	32.OS / RKL- Bahn	Kür	Mus	In individueller Absprache Perspektive A-Schiene: EK-F, EZ, (LiOp, ML, MJ)



Gruppe D

Basisgruppe D	LoOp, A-LH, JM, LeOp, FLL, AL, KH, ASt, ESt, NF, PP-B, AL, VW				
Verantwortung	Christine England-Stritzke, Elisa Leutzsch				
Elternvertretung	EL				
Wochentag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer / Trainerinnen	Bemerkung / Schlechtwetter
Montag	17:15- 18:05	32.OS	Kür	Eng, E.Leu, H.Leu, Mus, (Neh)	
	18:10- 18:55		Kondi	Oeh	
Donnerstag	16:30- 17:10	32.OS / RKL- Bahn	Choreo	Soz	Voraussichtlich ab Oktober
	17:15- 18:05		Kür	Eng, Neh, H.Leu	
Fördergruppe D	LoOp, A-LH, JM, LeOp, FLL, AL, KH				
Mittwoch	17:00- 17:20	32.OS / RKL- Bahn	Trockentraining	Leonie	
	17:20- 18:10		Kür	Mus, E.Leu	
	18:10- 18:30		Beweglichkeit	E.Leu	
Samstag	09:00- 13:00	32.OS / RKL- Bahn	Kür	Mus, E.Leu	In individueller Absprache A-Schiene: LoOp, A-LH, JM, LeOp
	ASt, ESt, NF, PP-B, AL, VW				
Freitag	16:25- 16:45	MAN	Trockentraining	E.Leu	
	16:45- 17:30		Kür	E.Leu, H.Leu	
Samstag	09:00- 13:00	32.OS / RKL- Bahn	Kür	Mus, E.Leu	In individueller Absprache A-Schiene: ASt, ESt, AL, VW

Gruppe E

Basisgruppe E	MR, ECh, KW, HH, NZ, LH, ML, LR, MB, MSch, ChB, NB, HK, NR, TSch, PPr
Verantwortung	Hermine Leuschner, Elisa Leutzsch
Elternvertretung	KaZ, JSch



Wochentag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer / Trainerinnen	Bemerkung / Schlechtwetter
Montag	16:25- 17:15	32.OS	Kür	Eng, H.Leu, E.Leu, (Mus, Neh)	Zusätzlich KLL, XCh
	17:20- 18:05		Kondi	Oeh	
Freitag	17:00- 17:30	MAN	Kondi / Trockentr.	U.Jan	Nur: ChB, HK, PP, MR, ECh, KW
	17:30- 18:15		Kür	U.Jan, E.Leu	
	17:45- 18:15		Kondi / Trockentr.	H.Leu, Lau	Nur: HH, NZ, LH, ML, LR, MB, MSch, NB, NR, TSch
	18:15- 19:00		Kür	H.Leu, E.Leu	
Fördergruppe E	HH, NZ, LH, ML, LR, NR, TSch, PP				
Mittwoch	16:30- 17:20	32.OS / RKL- Bahn	Kür	E.Leu	
	17:20- 17:50		Beweglichkeit	E.Leu	



Gruppe F

Basisgruppe F	OH, AGT, LW, LK-F, IH, ED, LB, ML, EK, LF, VH, JSt, JP, MU				
Verantwortung	Ulrike Jancke, Gerlinde Schwalm				
Elternvertretung	CT				
Wochentag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer / Trainerinnen	Bemerkung / Schlechtwetter
Donnerstag	17:00- 17:30	MAN	Trockentraining	Schw	
	17:30- 18:15		Kür	Jan, Schw	
Freitag	16:00- 16:45	MAN	Kür	Jan, Schw	
	17:00- 17:45		Kondi	Lau, Schw	
Fördergruppe F	OH, LW, LK-F, IH, AGT, LF, EK				
Mittwoch	16:30- 17:20	32.OS / RKL- Bahn	Kür	Mus	
	17:20- 17:45		Kondi / Beweglichkeit	Leonie	



Gruppe G

Basisgruppe G	LT, MR, RW, MT, KL, XCh				
Verantwortung	Ulrike Jancke				
Elternvertretung	SR				
Wochentag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer / Trainerinnen	Bemerkung / Schlechtwetter
Freitag	17:00- 17:30	MAN	Kondi / Trockentr.	U.Jan	
	17:30- 18:15		Kür	U.Jan, E.Leu	



Gruppe Tanz

Tanz	LOt, CSch, MJ, ML, JR, EZ, AH, PB, FL, KH, LR, NZ, NR, ThK				
Verantwortung	Johanna Königsmann, Heike Nehr Korn				
Elternvertretung	SR				
Wochentag	Zeit	Ort	Inhalt	Trainer / Trainerinnen	Bemerkung / Schlechtwetter
Freitag	16:00- 19:00	32.OS	Tanz	NEH	Einteilung in individueller Absprache
Samstag	08:15- 09:00	MAN	Schnuppern Tanz	NEH	Einteilung in individueller Absprache
	09:00- 09:45		Choreo Tanz 2	SOZ	
	09:00- 10:00		Tanz 1	NEH	
	10:00- 10:45		Choreo Tanz 1	SOZ	
	10:00- 11:00		Tanz 2	NEH	
Fördergruppe T1	CSch, MJ, ML, JR, FL				
Montag	19:00- 19:45	32.OS	Kondi	OEH	
	19:45- 20:30		Tanz	NEH	
Fördergruppe T2	FL, KH, NZ, LR, NR				
Donnerstag	16:15- 17:15	32.OS / RKL- Bahn	Tanz	NEH	