

Trainingsplanung TVM Sektion Fechten , Saison 2017/2018



Änderungen (bzgl. Stundenplänen 17-18, Hallenkapazitäten, etc.) vorbehalten!
Stand: 23.10.2017

Trainingsgruppe	Mo	Di	Mi	Do	Fr
Anfänger 2017	Frei	Markkleeberg (Halle Scholl-Str.) 15.30-17.00 <small>Emilia, Johann</small>			
Schüler ohne TRP	Frei	Markkleeberg (Halle Scholl-Str.) 14.30-17.00 LT indiv. <small>Anja, Ole, Helfer</small>		Markkleeberg TV 14.30-16.30 <small>Anja, Helfer</small>	
Schüler WK	Frei	Markkleeberg (Halle Scholl-Str.) 14.30-17.00 LT indiv. <small>Anja, Ole, Helfer</small>	Naunhof 16.30-18.30 (17.30-18.00 PLT) <small>Dorit, Olaf</small>	Markkleeberg 14.30-16.30 <small>Dorit, Anja</small>	Schkeuditz (1x/Monat, letzter Freitag) 16.30-18.30 <small>Olaf</small>
Jugend "Freizeit"	Frei			Markkleeberg 16.00-18.00 <small>Dorit, Anja</small>	
Jugend WK	Frei	Markkleeberg (Halle Scholl-Str.) 14.30-17.30 LT indiv. <small>Anja, Ole, Helfer</small>	Naunhof 17.30-19.30 (17.30-18.00 PLT) <small>Dorit, Olaf</small>	Markkleeberg 16.00-18.00 <small>Dorit, Anja</small>	Schkeuditz 18-20 <small>Olaf</small>

Legende:

TE Kooperation=Abstimmung Trainingsinhalte

TE TVM

Wettkampf-Fechter

LT=Lektion

PLT=Partnerlektion

Trainer:

Anja Schache

Dorit Bleichrodt

Olaf Kamratowsky

Ole Hampó

Emilia Spremberg

Johann Uhlmann

Inhaltliche Schwerpunkte (bis Weihnachten):

Schüler:

speziell:

Momenttraining (M1, M2, M3) mit gegnerischer Klinge und Umgehung

allgemein:

Schaffung einer Belastungsverträglichkeit, Stabilisierung, Koordination

Jugend:

speziell:

Prioritätfechten, Konterattacke (Technik/Taktik)

allgemein:

Wechselmethode, Stabilisierung, Koordination