

NSK-"Off-Ice"-Sportangebot ab 1.1.2023

NSK-Trocken-Training ("Off-Ice")

eingeteilte Trainer:

Sport
Stunden

Montags	17:15	bis	18:15	Uhr	Turnen / Konditionstraining Fördergruppe (1) WarmUp-Area 1 in der Eissporthalle	Laura Shoukier	1,00
Montags	17:15	bis	18:15	Uhr	Turnen / Konditionstraining Butterfl'ice (1) WarmUp-Area 2 (Spiegelraum) in der Eissporthalle	Ilka Voges	1,00
Montags	18:45	bis	19:45	Uhr	Turnen / Konditionstraining Leistungsgruppe (1) WarmUp-Area 2 (Spiegelraum) in der Eissporthalle	Laura Shoukier, Alina Prikhodchenko, Lea Schwinum	1,00
Dienstags	18:00	bis	19:30	Uhr	Turnen / Konditionstraining Butterfl'ice (2) Turnhalle Janusz-Korzczak, Platz am Niedertor, Neuss	Ilka Voges	1,50
Mittwochs	17:15	bis	18:15	Uhr	Turnen / Konditionstraining Fördergruppe (2) WarmUp-Area 1 in der Eissporthalle	Laura Shoukier	1,00
Mittwochs	17:15	bis	18:15	Uhr	Turnen / Konditionstraining Leistungsgruppe (2) WarmUp-Area 2 (Spiegelraum) in der Eissporthalle	Alina Prikhodchenko, Lea Schwinum	1,00
Mittwochs	19:30	bis	20:30	Uhr	Turnen / Konditionstraining Erwachsene/Allstars WarmUp-Area 2 (Spiegelraum) in der Eissporthalle	Verena Schneider	1,00
Donnerstags	16:45	bis	17:45	Uhr	Turnen / Konditionstraining Probefördergruppe (1) WarmUp-Area 2 (Spiegelraum) in der Eissporthalle	Laura Shoukier, Alina Prikhodchenko, Lea Schwinum	1,00
Freitags	18:00	bis	19:30	Uhr	Turnen / Konditionstraining Formation Butterfl'ice (3) Turnhalle Gebrüder Grimm-Schule, Harffer-Str. 9-11, Neuss-Erftal	Ilka Voges	1,50

Summe NSK-"Off-Ice"-Zeiten

10,00