

NSK-"Off-Ice"-Sportangebot ab 16.12.2024

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

eingeteilte Trainer:

Montags	17:15	bis	18:00	Uhr	Turnen / Konditionstraining SYS-Formation Unit'Ice (1) WarmUp-Area 2 (Spiegelraum) in der Eissporthalle	Ilka Voges
Montags	18:45	bis	19:45	Uhr	Turnen / Konditionstraining Leistungsgruppe (1) WarmUp-Area 2 (Spiegelraum) in der Eissporthalle	Irina Prokhorova/Alina Prikhodchenko
Dienstags	18:00	bis	19:30	Uhr	Turnen / Konditionstraining SYS-Formation Unit'Ice Turnhalle (Turnhalle Rita-Süßmuth-Realschule, Gnadentaler Allee36A, 41468 Neuss)	Ilka Voges
Mittwochs	17:15	bis	18:15	Uhr	Turnen / Konditionstraining Fördergruppe (1) WarmUp-Area 1 in der Eissporthalle	Irina Prokhorova/Alina Prikhodchenko
Mittwochs	17:15	bis	18:15	Uhr	Turnen / Konditionstraining Leistungsgruppe (2) WarmUp-Area 2 (Spiegelraum) in der Eissporthalle	Irina Prokhorova/Alina Prikhodchenko
Mittwochs	19:30	bis	20:30	Uhr	Turnen / Konditionstraining Erwachsene/Allstars WarmUp-Area 2 (Spiegelraum) in der Eissporthalle	Verena Schneider
Mittwochs	18:15	bis	19:30	Uhr	Turnen / Konditionstraining SYS-Fördergruppe Turnhalle (Turnhalle Rita-Süßmuth-Realschule, Gnadentaler Allee36A, 41468 Neuss)	Ilka Voges
Donnerstags	17:00	bis	17:45	Uhr	Turnen / Konditionstraining Probefördergruppe (1) WarmUp-Area 2 (Spiegelraum) in der Eissporthalle	Irina Prokhorova/Alina Prikhodchenko
Samstag	09:00	bis	10:00	Uhr	Turnen / Konditionstraining Fördergruppe (2) WarmUp-Area 2 (Spiegelraum) in der Eissporthalle	Irina Prokhorova/Alina Prikhodchenko