

NSK-"On-Ice"-Trainingsplan ab Sonntag 20.09.2026 bis Saisonende

eingeteilte Trainer:

Montag					
12:00	bis	13:45	Uhr	Erwachseneneislaufen & All-Stars	ohne Trainer
13:45	bis	14:00	Uhr	Eisaufbereitung	
14:00	bis	14:45	Uhr	Vereinstraining Probefördergruppe & Schnupperkurs für Vorschulkinder (Anmeldepflichtig via info@nsk-neuss.de)	Alina Prikhodchenko, Irina Prokhorova, Maren Pullwitt
14:45	bis	15:15	Uhr	Stützpunkttraining (2/4 - kurz - für Sportler mit Zusatzvertrag)	Alina Prikhodchenko, Irina Prokhorova
15:15	bis	16:00	Uhr	Stützpunkttraining (3/4 - normal - für Sportler mit Zusatzvertrag)	Alina Prikhodchenko, Irina Prokhorova
16:00	bis	16:45	Uhr	Vereinstraining Fördergruppe	Alina Prikhodchenko, Irina Prokhorova
16:45	bis	17:00	Uhr	Eisaufbereitung	
17:00	bis	18:10	Uhr	Vereinstraining Leistungssportgruppe	Alina Prikhodchenko, Irina Prokhorova
18:10	bis	19:20	Uhr	Vereinstraining Formation	Ilka Voges, Laura Vanselow

Dienstag					
06:00	bis	08:00/8:15	Uhr	Sonder-/Privat-Tainingszeit für autorisierte NSK-Trainer (Kürtraining)	nur für Privattraining autorisierte Trainer
10:00	bis	12:00	Uhr	NSK-Eislaufschule für Kindergärten	Alina Schraier
14:00	bis	14:45	Uhr	Sonder-/Privat-Tainingszeit für autorisierte NSK-Trainer (Kürtraining)	nur für Privattraining autorisierte Trainer

Mittwoch					
06:00	bis	08:00/8:15	Uhr	Sonder-/Privat-Tainingszeit für autorisierte NSK-Trainer (Kürtraining)	nur für Privattraining autorisierte Trainer
14:00	bis	14:45	Uhr	Vereinstraining Probefördergruppe & Schnupperkurs für Vorschulkinder (Anmeldepflichtig via info@nsk-neuss.de)	Alina Prikhodchenko, Irina Prokhorova, Maren Pullwitt
14:45	bis	15:15	Uhr	Stützpunkttraining (2/4 - kurz - für Sportler mit Zusatzvertrag)	Alina Prikhodchenko, Irina Prokhorova
15:15	bis	16:00	Uhr	Stützpunkttraining (3/4 - normal - für Sportler mit Zusatzvertrag)	Alina Prikhodchenko, Irina Prokhorova
16:00	bis	17:00	Uhr	Vereinstraining (gemeinsam) Förder- und Leistungssportgruppe (Schritt-Training)	Alina Prikhodchenko, Irina Prokhorova
20:45	bis	22:15	Uhr	Vereinstraining Erwachseneneislaufen & Ehemalige	Verena Schneider, Andrea Lochno, Lena Galle, Marie Brenke
22:15	bis	23:45	Uhr	Vereinstraining Bandy	ohne Trainer

Donnerstag					
06:00	bis	08:00/8:15	Uhr	Sonder-/Privat-Tainingszeit für autorisierte NSK-Trainer (Kürtraining)	nur für Privattraining autorisierte Trainer
10:00	bis	12:00	Uhr	NSK-Eislaufschule für Kindergärten	Alina Prikhodchenko, Irina Prokhorova
14:00	bis	14:45	Uhr	Stützpunkttraining (3/4 - normal - für Sportler mit Zusatzvertrag)	Alina Prikhodchenko, Irina Prokhorova
18:00	bis	19:30	Uhr	Vereinstraining Bronze, Silber, Kunstläufer, Figurenläufer & Förder/Probeförder SYS (bei Bedarf kann die FörderSys in den letzten 10 Minuten ihre Kür laufen)	Alina Prikhodchenko, Irina Prokhorova / Ilka Voges, Antonia Endres

Freitag					
06:00	bis	08:00/8:15	Uhr	Sonder-/Privat-Tainingszeit für autorisierte NSK-Trainer (Kürtraining)	nur für Privattraining autorisierte Trainer
15:00	bis	16:00	Uhr	Stützpunkttraining (4/4 - lang - für Sportler mit Zusatzvertrag)	Alina Prikhodchenko, Irina Prokhorova
16:00	bis	17:00	Uhr	Vereinstraining Fördergruppe	Alina Prikhodchenko, Irina Prokhorova
17:00	bis	18:00	Uhr	Vereinstraining Breitensport (Starter, Eisläufer, Freiläufer) und Schnupperkurs für Schulkinder/Jugendliche (Anmeldepflichtig via info@nsk-neuss.de)	gemäß Einsatzplan von Jasmin Odenkirchen (u.a. Alina Prikhodchenko, Irina Prokhorova)

Samstag					
06:00	bis	07:00	Uhr	Vereinstraining Formation Fördergruppe (Kürtraining)	Ilka Voges, Antonia Endres
07:00	bis	09:00	Uhr	Sonder-/Privat-Tainingszeit für autorisierte NSK-Trainer (Kürtraining)	nur für Privattraining autorisierte Trainer
09:00	bis	09:10	Uhr	Eisaufbereitung	
09:10	bis	10:20	Uhr	Vereinstraining Formation	Ilka Voges, Laura Vanselow
11:30	bis	13:30	Uhr	in der Öffentl. Laufzeit "NSK-Eislaufschule - Eislaufen lernen unter Anleitung"	gemäß Einsatzplan von Jasmin Odenkirchen

Sonntag					
06:00	bis	07:45	Uhr	Sonder-/Privat-Tainingszeit für autorisierte NSK-Trainer (Kürtraining)	nur für Privattraining autorisierte Trainer
07:45	bis	08:45	Uhr	Vereinstraining Leistungssportgruppe & All-Stars	Alina Prikhodchenko, Irina Prokhorova & Tatiana Reznikova
08:45	bis	09:45	Uhr	Vereinstraining Breitensport (Starter, Eisläufer, Freiläufer) und Schnupperkurs für Schulkinder/Jugendliche (Anmeldepflichtig via info@nsk-neuss.de)	gemäß Einsatzplan von Jasmin Odenkirchen (u.a. Alina Prikhodchenko, Irina Prokhorova)
10:00	bis	12:00	Uhr	in der Öffentl. Laufzeit "NSK-Eislaufschule - Eislaufen lernen unter Anleitung"	gemäß Einsatzplan von Jasmin Odenkirchen