



Sommer-Trainingszeiten-Plan für die Zeit vom 19.03.2024 – 31.10.2024

PSV Stadion Lerchenfeld, Obritzfeldweg 7, Wettkampf, Trainings- und Heimstätte der PSV Leoben

Stadionmanagement: Präsident Maximilian Erker, maximilian.erker@psv-leoben.at, 0 676 47 17 548

und Platzwart Claus Wolf, 0 681 815 79 663 - siehe auch www.polsv-leoben.at

Montags:

Ab 08.04.2024 von 18.00 Uhr Fußball PSV/Elektra Kampfmannschaft – Übungsleiter Mario Mayer.

Zeitgleich findet auch ein ARC Rugbytraining statt.

Dienstags: Ab 17:00 Uhr Leichtathletik- Lauf und Fußballtrainings je nach Publikum – Übungsleiter

Manuela Christandl, Richard Nudl (Laufen) und **Maximilian Erker** (Fußball und LA Technik) **statt.**

Ab ca. 16:30 Uhr bereits Fußball von den No-Go's ua.

Mittwochs:

16:30 – ca. 18:00 Uhr Bewegung, Laufen und Leichtathletik für alle Altersklassen – auch Anfängergruppe
Bewegungsland und Bewegungsrevolution (Mondmission) Steiermark_ mit **Manuela Christandl, Richard Nudl und Maximilian Erker**

16:30 bis ca. 18:00 Uhr – Darts-Training in der Darts – Hütte Übungsleiter Claus Wolf

Fast zeitgleich auch Lauftraining Fa. Knapp, gelegentlich USI Leoben und Fußball FC Traboch ua..

18.00 Uhr – 19:20 Uhr Jungbrunnen Turnen im Clubraum mit Maximilian Erker und Jörg Galle für alle, die einen Hauch asiatischer Entspannungsübungen und Atemschulung wie Übungen für die Wirbelsäule, Hüfte usw. zum Ausgleich ihres Trainings bevorzugen.

Fast zeitgleich ein ARC Rugbytraining und auch ein externes Turnen mit Lisa Deutschmann.

Donnerstags und freitags: Fußballtrainings externer Sportvereine.

Sonntags:

09:00 Uhr bis ca. 11:00/11:30 Uhr – Langsam- Laufftreff für Fortgeschrittene und für alle, die mindestens zwei Stunden, stressfreies Joggen im Niedrigtempo oder auch schnelleres Gehen unter Freunden, speziell im Gelände – auch Bewegungsland Steiermark – lieben, oder versuchen wollen!

Verschiedene Treffpunkte - nach vorheriger Bekanntgabe in der **Vereinsinfo bzw. Anfrage** bis spätestens Samstagnachmittag unter 0 676 47 17 548 - im Stadion, ADEG Kurzmann Göß, VS Seegraben, Tivoli, Sonnensiedlung ua. - **Gruppenaufteilungen nach Bedarf beim Start.**

An den nicht angeführten Tagen und Zeiten können jederzeit Zusatztrainings eigenständig oder auch unter Anleitung (für diese vorherige zeitgerechte Rücksprache mit **Maximilian Erker** oder weiterer unserer **Übungsleiter/Innen**) sowohl im, wie außerhalb des Stadions durchgeführt/eingeplant werden, wobei nicht immer für Umkleide- und Duschmöglichkeit garantiert werden kann.

Trainings von Gastvereinen und Firmen im Stadion, Bewerbe und Spiele aller Art sind nicht alle in diesem Trainingszeitenplan angeführt und sind zusätzliche **Darts-Trainings wie Sonderwünsche mit Platzwart Claus Wolf** abzusprechen! Z.B. Einschaltung der Flutlichtanlage, Markierungen usw.

Da das Stadion täglich geöffnet ist, ist auch immer mit weiteren Stadionbenützern – auch mit größeren Gruppen zu rechnen und gegenseitige Rücksichtnahme notwendig.

Dieser Sommer-Trainingszeitenplan kann nach Bedarf jederzeit geändert werden.

Maximilian Erker