



## LEICHTATHLETIK KLUB ZUG – Trainingsplan Sommer 2025 (gültig ab 28. April 2025)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
18.15 – 20.00 Uhr LA Anlage Herti	17.30 – 20.30 Uhr LA Anlage Herti	17.00 – 18.30 Uhr LA Anlage Herti	18.15 – 20.00 Uhr LA Anlage Herti	17.30 – 19.00 Uhr LA Anlage Herti	10.00 – 13.00 Uhr LA Anlage Herti	Ganzer Tag
<b>U14 (Jrg. 2012 / 2013)</b> Coach: Monika Letter, Deborah Wengi, Gian Andermatt	<b>Stab Allgemein</b> Coach: Mike Hutter	<b>U8 (Jrg. 2018)</b> Coach: Annic Honegger / Catrina Gross	<b>U14 (Jrg. 2012 / 2013)</b> Coach: Monika Letter, Gian Andermatt	<b>U12 (Jrg. 2014 / 2015)</b> Coach: Mia Knobel, Stacy Hess	<b>Allgemein</b> Trainings nach Ansage	<b>Trainingsfrei</b>
18.15 – 20.00 Uhr LA Anlage Herti	18.15 – 20.00 Uhr LA Anlage Herti	17.00 – 18.30 Uhr LA Anlage Herti	18.15 – 20.00 Uhr LA Anlage Herti			
<b>U16 (Jrg. 2010 / 2011)</b> Coach: Corina Baumgartner, Marvin Bonani	<b>Mittel- / Langstrecken</b> Coach: Peter Rischl	<b>U10 (Jrg. 2016 / 2017)</b> Coach: Estelle Schmid, Stephanie Blättler, Ladina Rogenmoser, Andrin Stalder, Robin Barentsen	<b>U16 (Jrg. 2010 / 2011)</b> Coach: Ramon Betschart / Florin Ayer			
18.15 – 20.00 Uhr LA Anlage Herti	18.30 – 20.00 Uhr LA Anlage Herti	17.00 – 18.30 Uhr LA Anlage Herti	18.15 – 20.00 Uhr LA Anlage Herti	<b>Kontakte / Koordination</b>		
<b>Sprint / Hürden / Hoch U18+ (ab Jrg. 2009)</b> Coach: Tobias Furer, Jürg Meile, Fabio Müller	<b>Kugel / Diskus</b> Coach: Barbara Matter	<b>U12 (Jrg. 2014 / 2015)</b> Coach: Monika Letter, Sybille Schranz, Alina Köppel, Fynn Staubli, Nicolas Bitterlin	<b>Sprint &amp; Weitsprung U18+ (ab Jrg. 2009)</b> Coach: Fabio Müller, Jürg Meile, Elina Magaldi	<b>Nachwuchs U10</b>	Monika Letter	<a href="mailto:u10@lkz.ch">u10@lkz.ch</a>
				<b>Nachwuchs U12</b>	Monika Letter	<a href="mailto:u12@lkz.ch">u12@lkz.ch</a>
				<b>Nachwuchs U14</b>	Anke Leekens	+41 76 494 36 68
				<b>Nachwuchs U16</b>	Corina Baumgartner	+41 76 469 89 04
				<b>Sprint / Hürden</b>	Urs Henggeler	+41 79 391 51 39
					Tobias Furer	+41 79 836 87 67
				<b>Stabhochsprung</b>	Mike Hutter	+41 79 641 29 35
				<b>Weit / Hoch</b>	Jürg Meile	+41 79 435 54 62
				<b>Wurf</b>	Barbara Matter	+41 79 629 04 32
				<b>Mittel- / Langstrecken</b>	Peter Rischl	+41 79 684 13 88
				<b>Langsprint / Langhürden</b>	Elina Magaldi	+41 76 701 00 98
				<b>Sportchef</b>	Florin Ayer	<a href="mailto:sportchef@lkz.ch">sportchef@lkz.ch</a>
		18.30 – 20.00 Uhr LA Anlage Herti		<b>Termine Saison 2024/25</b>		
		<b>Speer</b> Coach: Barbara Matter		SA, 03.05.2025	Zuger Frühjahrsmeeting	
				SA, 05.07.2025	Zuger Stabmeeting	
		18.15 – 20.15 Uhr LA Anlage Herti		SA-FR, 02.-08.08.2025	Trainingslager St. Moritz	
		<b>Stab fortgeschritten</b> Coach: Mike Hutter		FR/SA, 19. /20.09.2025	Nationales Bettagsmeeting	
				Mehr Informationen unter: <a href="https://www.lkz.ch/events/meetings/">https://www.lkz.ch/events/meetings/</a>		