

| Gruppe | | Alters-orientierung | Trainer | Wochentag | Ort | Zeit | Art | Bemerkungen | |
|------------|----------------------------------|---------------------|---|-----------|----------------------|---------------|------------------|-----------------------------|--|
| Waschbären | gem. separater Gruppeneinteilung | ca. 4-9 | Andrea Gasch Sebastian Ludwig Melina Kaul | Montag | TH Scharnhorststraße | 17:15 – 18:45 | Athletik + Spiel | Turnschuh | |
| | | | | Samstag | EvaSchulze/Halle | 10:30 - 11:30 | Skate | Skates + Turnschuh | Die Gruppeneinteilung erfolgt von den Trainern |
| | | | | Samstag | EvaSchulze/Halle | 11:45 - 12:45 | Skate | Skates + Turnschuh | |
| Wiesel | gem. separater Gruppeneinteilung | ca. 10-13 | Marc Boehm Vanessa Hellmann | Montag | TH Scharnhorststraße | 17:15 – 18:45 | Athletik + Spiel | Turnschuh | |
| | | | | Mittwoch | TH Scharnhorststraße | 17:15 – 18:45 | Lauf + Athletik | Turnschuh/ warme Bekleidung | |
| | | | | Samstag | EvaSchulze/Halle | 09:00 - 10:15 | Skate | Skates + Turnschuh | |
| Tiger | gem. separater Gruppeneinteilung | ca. 14-19 | Christoph Weller Christian Hinze (Krafraum) Oliver Hauptmann Patrick Täubrecht | Montag | TH Scharnhorststraße | 17:15 – 18:45 | Lauf + Athletik | Turnschuh/ warme Bekleidung | Outdoor |
| | | | | Dienstag | TH Scharnhorststraße | 17:15 – 18:45 | Athletik + Spiel | Turnschuh | |
| | | | | Mittwoch | Krafraum RR-Bahn | 17:00 - 18:30 | Athletik | Turnschuh | *ab Jugend / Begrenzte TN-Zahl |
| | | | | Freitag | Krafraum RR-Bahn | 15:00 – 16:30 | Athletik | Turnschuh | *ab Jugend / Begrenzte TN-Zahl |
| | | | | Samstag | EvaSchulze | 13:00 - 14:15 | Skate | Skates | |
| | | | | Sonntag | Sachsenbrücke | 10:00 - 12:00 | Rad | TREFF - MTB Outdoor | |

| Gruppe | Alter | Trainer | Wochentag | Ort | Zeit | Art | Bemerkungen | |
|---------|-------|---|------------|-----------------------|---------------|------------------|-----------------------------|------------------------------|
| Speed | | Thomas Härtel Ingo Monse Spinning: Peter Bierl Peter Höfler Micha Marien | Montag | TH "Am Rabet" | 18:45 – 20:15 | Athletik + Spiel | Turnschuh | |
| | | | Dienstag | Am Sportforum 10 | xx | Spinning | Radbekleidung | z.Zt. Nicht möglich |
| | | | Mittwoch | Krafraum RR-Bahn | 18:30 – 20:30 | Athletik | Turnschuh | <i>nur nach Voranmeldung</i> |
| | | | Donnerstag | Völkerschlachtdenkmal | 18:45 – 20:15 | Lauf + Athletik | Turnschuh/ warme Bekleidung | Outdoor |
| | | | Samstag | EvaSchulze | 13:00 - 14:15 | Skate | Skates | |
| | | | Sonntag | Sachsenbrücke | 10:00 - 12:00 | Rad | TREFF - MTB Outdoor | |
| Fitness | | Ines Pechan Michael Marien Annett Marien | Montag | TH "Am Rabet" | 18:45 – 20:15 | Athletik + Spiel | Turnschuh | |
| | | | Dienstag | Am Sportforum 10 | xx | Spinning | Radbekleidung | z.Zt. Nicht möglich |
| | | | Mittwoch | Krafraum RR-Bahn | 18:30 – 20:30 | Athletik | Turnschuh | <i>nur nach Voranmeldung</i> |
| | | | Donnerstag | Völkerschlachtdenkmal | 18:45 – 20:15 | Lauf + Athletik | Turnschuh/ warme Bekleidung | Outdoor |
| | | | Samstag | EvaSchulze | 14:30 – 15:45 | Skate | Skates / Technik & Spaß | |
| | | | Sonntag | Sachsenbrücke | 10:00 - 12:00 | Rad | TREFF - MTB Outdoor | |
| Kurs | | Sven Knauer | Samstag | EvaSchulze | 14:30 – 15:45 | Skate | Skates / Technik & Spaß | <i>nur nach Voranmeldung</i> |