


# Trainingszeiten LV Langenthal Sommer 2026

|  LANGENTHAL | Montag  | Dienstag  | Mittwoch   | Donnerstag   | Freitag  | Samstag  |
|---|---|---|--|--|--|--|
| Kinder-LA U10<br>(Jg 2017 und jünger)   |   |   | 16.45 - 18.15<br><b>Stadion Hard</b><br>Cony Brand und Team<br>079 259 95 49   |  |  |  |
| Kinder-LA U12<br>(Jg 2015 + 2016)   | 2. Training der Woche<br>18.00 - 20.00<br><b>Sporthalle Hard</b><br>Kuno Schär, Zephanja Abbühl                           |   | 18.00 - 19.30<br><b>Stadion Hard</b><br>Nicole Rickli, Bettina Zoller, Shane Charles, Martina Strähl, Joana Austin, Lena Simon | <i>Nach Absprache</i><br>18.00 - 20.00<br><b>Lauftraining Stadion Hard</b><br>Stefan Haas, Mirko Hegi, Sabine Krähenbühl   |  |  |
| Nachwuchs U14<br>(Jg 2013 + 2014)   | 18.00 - 20.00<br><b>Sporthalle Hard</b><br>Kuno Schär, Zephanja Abbühl  |   | 18.00 - 20.00<br><b>Stadion Hard</b><br>Micha Stettler, Sabine Krähenbühl  | <i>Nach Absprache</i><br>18.00 - 20.00<br><b>Lauftraining / Stadion Hard</b><br>Stefan Haas, Mirko Hegi, Sabine Krähenbühl | <i>Nach Absprache</i><br>18.00 - 20.00<br><b>Einführung Stab / Stadion Hard</b><br>Zephanja Abbühl |  |
| Sprint, Sprung, Wurf, MK<br>(ab Jg 2012)  | 18.00 - 20.00<br><b>Stadion Hard / Krafraum</b><br>Barbara Winz, Chantal Winz, Christian von Burg                         | 18.00 - 20.00<br><b>Stadion Hard / Krafraum</b><br>Barbara Winz                     | 18.00 - 20.00<br><b>Stadion Hard / Krafraum</b><br>Barbara Winz, Chantal Winz  | 18.00 - 20.00<br><b>Stadion Hard / Krafraum</b><br>Barbara Winz, Chantal Winz, Shane Charles                               | 17.00 - 19.30<br><b>Stadion Hard / Krafraum</b><br>Barbara Winz, Chantal Winz                      | 9.30 - 11.30<br><b>Stadion Hard / Krafraum</b><br>Barbara Winz, Chantal Winz |
| Sprinttraining U16+<br>(ab Jg 2012)   | 18.00 - 20.00<br><b>Stadion Hard</b><br>Marion Röthlisberger  | <i>Nach Absprache</i>   | <i>Nach Absprache</i>  | <i>Nach Absprache</i>  | <i>Nach Absprache</i>  | <i>Nach Absprache</i>  |
| Mehrkampf<br>(ab 13 Jahren)   | 18.00 - 20.00<br><b>Stadion Hard</b><br>Zephanja Abbühl   | 18.00 - 20.00<br><b>Stadion Hard / Krafraum</b><br>Zephanja Abbühl                  | 18.00 - 20.00<br><b>Stadion Hard</b><br>Zephanja Abbühl  | 18.00 - 20.00<br><b>Stadion Hard</b><br>Zephanja Abbühl  | 18.00 - 20.00<br><b>Einführung Stab / Stadion Hard</b><br>Zephanja Abbühl                          | 14.00 - 17.00<br><b>Stadion Hard / Krafraum</b><br>Zephanja Abbühl           |
| Leistungssport individuell  | 17.00 - 19.15<br><b>Stadion Hard / Krafraum</b><br>Marc Hammel  | 17.00 - 19.15<br><b>Stadion Hard / Krafraum</b><br>Marc Hammel                      | 17.00 - 19.15<br><b>Stadion Hard / Krafraum</b><br>Marc Hammel   | 17.00 - 19.15<br><b>Stadion Hard / Krafraum</b><br>Marc Hammel   | 17.00 - 19.15<br><b>Stadion Hard / Krafraum</b><br>Marc Hammel                                     | 10.00 - 12.15<br><b>Stadion Hard / Krafraum</b><br>Marc Hammel               |
|   | 16.00 - 20.00<br><b>Stadion Hard / Trainingskeller</b><br>Marc Rathgeb  | 18.00 - 20.15<br><b>Stadion Hard / Trainingskeller</b><br>Marc Rathgeb              | 16.00 - 20.15<br><b>Stadion Hard / Trainingskeller</b><br>Marc Rathgeb   | 18.00 - 20.15<br><b>Stadion Hard / Trainingskeller</b><br>Marc Rathgeb   | 17.30 - 20.15<br><b>Stadion Hard / Trainingskeller</b><br>Marc Rathgeb                             | 10:00 - 12.30<br><b>Krafraum</b><br>Marc Rathgeb                             |
| Mittel-/Langstrecken  | 18.00 - 20.00<br><b>Stadion Hard</b><br>Sprinttraining<br>Marion Röthlisberger  | 18.00 - 20.00<br><b>Stadion Hard / Krafraum</b><br>Samuel Geissbühler, Raphael Salm | 17.00 - 20.00<br><b>Stadion Hard / Krafraum</b><br>Samuel Geissbühler  | 18.00 - 20.00<br><b>Stadion Hard / Krafraum</b><br>Lukas Geissbühler, Stefan Haas, Sabine Krähenbühl, Mirko Hegi           |  | 10.00 - 12.00<br><b>Stadion Hard / Krafraum</b><br>Samuel Geissbühler        |
| Laufgruppe /Breitensport  |   | 18.30 - 20.00<br><b>Stadion Hard</b><br>Kurt Weber                                  |  |  |  | April - Oktober: 8.00 - 10.00<br><b>Stadion Hard</b><br>Kurt Weber           |
| Belegung Krafraum:  | Koordination LVL mit anderen Vereinen/Nutzern: Geschäftsstelle LV Langenthal, Jeneth Alimehai, 076 381 64 78 / info@lv.ch |   |  |  |  |  |