KANU-SPORT-VEREIN BAD KREUZNACH E.V.

Mitglied im Sportbund Rheinland e.V., im Kanuverband Rheinland e.V. und im Deutschen Kanu-Verband e.V.

Wintertrainingsplan 2023/2024

Liebe Sportfreunde,

nach den Herbstferien beginnt ab dem 30. Oktober unser Wintertrainingsprogramm mit folgendem Angebot:

Montag	14.30 – 16.00 Uhr	Ausdauertraining für Schüler, Salinental (Elena Bahmann / Birgit Zinner)
Dienstag	16.30 – 18.00 Uhr	Ausdauertraining, Salinental (Stefan Senft)
Mittwoch	14.30 – 16.00 Uhr	Ausdauertraining für Schüler, Salinental (Elena Bahmann / Birgit Zinner)
	16.30 – 18.00 Uhr	Ausdauertraining ab Jugend, Salinental (Stefan Senft)
Freitag	14.00 – 15.30 Uhr	Freies vereinsübergreifendes Training für Jedermann nach Absprache, Salinental (Rainer Palluk)
	14.00 – 15.30 Uhr	Athletik-Training für Wettkämpfer und Anfänger, große Turnhalle des Lina-Hilger-Gymnasiums (Walter Senft)
Samstag	11.00 – 13.00 Uhr	Hallenbad Gensingen (Termine siehe unten)
	14.00 – 15.30 Uhr	Techniktraining für Wettkämpfer, Salinental (Walter Senft / Stefan Senft)
	14.00 – 15.30 Uhr	Techniktraining für Anfänger, abhängig von der Witterung (Ralph Zurmühlen)
Sonntag	11.00 – 12.30 Uhr	Techniktraining Schüler-Kader, Salinental (Walter Senft / Christian Bahmann)
	nach Absprache	Techniktraining (Walter Senft / Stefan Senft) und freies vereinsübergreifendes Training für Jedermann, Salinental (Rainer Palluk)

Die Anfangszeiten geben jeweils den Zeitpunkt an, wann sich die Wettkämpfer auf dem Wasser zum Trainingsbeginn treffen.

Krafttraining für Wettkämpfer ab Schüler A und Training in den Ferien erfolgt jeweils nach vorheriger Absprache.

Termine für Eskimotieren und Schwimmen im Hallenbad Gensingen:

04.11.2023, 02.12.2023, 06.01.2024, 03.02.2024 und 02.03.2024

Kontaktdaten der Trainer und Ansprechpartner vor Ort:

Bahmann, Christian	*0179-2212417*
Bahmann, Elena	*0176-20973123*
Palluk, Rainer	*paddeln-kh@gmx.de*
Senft, Stefan	*0171-6880263*
Senft, Walter	*0671-68837 oder 0171-7361965*
Zinner, Birgit	*0176-43350995*
Zurmühlen, Ralph	*0176-95451981*

Wir hoffen auf eine rege Teilnahme und wünschen euch allen viel Spaß!

Freundliche Grüße

KANU-SPORT-VEREIN
BAD KREUZNACH E.V.

gez. Walter Senft
Sportwart

Geschäftsstelle
Gensinger Straße 24
55543 Bad Kreuznach
Tel. 0671/68837

Vereinsheim
Saline Karlshalle
55543 Bad Kreuznach

1. Vorsitzender
Volker List
Friedrich-Ebert-Straße 16
55576 Sprendlingen
Tel. 06701/2007421

2. Vorsitzender
Alexander Fiedler
Burgstraße 19a
55583 Bad Kreuznach
Tel. 06708/616128

Schatzmeister
Stefan Senft
Im Schelmflügel 2
55595 Hüffelsheim
Tel. 0171/6880263

Sportwart
Walter Senft
Gensinger Straße 24
55543 Bad Kreuznach
Tel. 0671/68837

Schriftführerin
Ulla Nissen
George-Gershwin-Straße 3
55543 Bad Kreuznach
Tel. 0671/97043940

Jugendwart
Matthias Pirro
Lembergstraße 22
67824 Feilbingert
Tel. 06708/3843

Internet
www.ksv-bad-kreuznach.de

E-Mail
vorstand@ksv-bad-kreuznach.de

Bankverbindung
Sparkasse Rhein-Nahe
Int. Bank Account Nr. (IBAN):
DE87 5605 0180 0017 0159 42
BIC: MALADE51KRE

powered by
LOTTO Rheinland-Pfalz
DIE KREUZNACHER STADTWERKE
Die Nahe Energie.