

## ASC-Termine 2025

### Training ab 1.1.2025

\* außer Ferien

<b>Montag, 17:30-18:30</b> (Einlass 17:15)	Aquafitness 2 Bahnen *	Merania bis Ende April
<b>Montag, 19:00</b>	Lauftreff Parkplatz Merania	
<b>Mittwoch, 18:30</b>	Lauf-/Walkingtreff Parkplatz Merania	
<b>Freitag, 18:30 Uhr</b>	Fitnessstraining Halle 1 Berufsschule Lichtenfels	bis Ende März
<b>Samstag, 11:15-12:45</b> (Einlass 11:00)	Schwimmen 2 Bahnen Merania *	Merania bis 12.4.2025
<b>Sonntag</b>	Lauf-/Walkingtreff nach Absprache	

### Training ab 1.5.2025

<b>Montag, 19:00</b>	Lauf/Walkingtreff Parkplatz Merania/ Wichert nach Absprache	
<b>Dienstag, 19:30</b>	Schwimmen im Freibad Redwitz (swim/bike)	Mitte Juni - Sept. (Ende Ferien)
<b>Mittwoch, 18:30</b>	Lauf/Walkingtreff Parkplatz Herberg	ab 2.4.2025
<b>Freitag, 18:30</b>	Lauf/Walkingtreff	Parkpl. Merania/Stadion
<b>ab Freitag, 18:30</b>	10 x Fitnesszirkel im Stadion m. Bernd Hübner	

### Training ab 1.10.2025

<b>Montag, 17:30-18:30</b> (Einlass 17:15)	Aquafitness 2 Bahnen *	Merania (Mitte Okt.)
<b>Montag, 19:00</b>	Lauftreff Parkplatz Merania	
<b>Mittwoch, 18:30</b>	Lauf-/Walkingtreff Parkplatz Merania	
<b>Freitag, 18:30 Uhr</b>	Fitnessstraining Halle 1 *	Berufsschule Lif.
<b>Samstag, 11:15-12:45</b> (Einlass 11:00)	Schwimmen 2 Bahnen ab 21.10.2023	Merania (Mitte Okt.)

### Sonstige Termine:

Mo. 06.01.2024, 8:30 "Stärkwanderung" zum Trunk

Sa. 11.01.2025, 11:15 Beginn 4x Kraultechnik "Einsteiger" nach Absprache mit Klaus Bock bis 22.2.2025

anschl. 2-3x Kraultechnik "Fortgeschrittene" nach Absprache mit Klaus Bock

Mi. 29.1.2025, 18:30 Clubabend bei Johnny (Terminabsprachen)

Fr. 07.02.2025, 18:30 Beginn Gymnastik mit Melanie Raab bis Ende März (Vorher ist die Halle noch gesperrt)

Sa. 15.02.2025, 13:30 Treffen Satzungsgruppe bei Heiner

Sa. 15.03.2025, 12:00 Teil 1 Kraultechnik f. Fortgeschrittene Merania mit Klaus Bock

Sa. 15.03.2025 Treffen Satzungsgruppe bei Heiner

Mi. 02.04.2025 18:00 Orthopädische Walkingstunde mit Dr. Michael Kraus +NW-Techniktraining mit Stango (He)

Fr. 4.4.2025, 18:30 Einweisung Walk n`Run 5/10 (Lauf10) Leichtathletikstadion

Sa. 5.4.2025, 12:00 Teil 2 Kraultechnik für Fortgeschrittene Merania mit Klaus Bock

So. 6.4.2025 Gottesgartenrunde Teil 2 "Weismain-Rothmannsthal"

Mo. 7.4.2025, 19:00 Start Run n`Walk 5/10 Wichert

Di. 8.4.2025, 19:00 Treffen Satzungsgruppe bei Heiner

Di. 29.4.2025, 18:30 ASC-Mitgliederversammlung Krone Korbstadthotel ...anschl. gemeinsames Essen

Anfang/Mitte Juni verzögerter Zugang zum Freibad Redwitz wegen Renovierungsarbeiten

Sa. 21.6.2025, 16:30 13. HOFMANN-Flechtkulturlauf-Obermain

Di. 24.06.2025, 19:30 VM-Schwimmen (Freibad Redwitz) (800m / ab 50 Jahre 400m)

Di. 01.07.2025, 19:30 VM-Schwimmen (Freibad Redwitz) (800m / ab 50 Jahre 400m)

Di. 08.07.2025, 19:30 VM-Schwimmen (Freibad Redwitz) (800m / ab 50 Jahre 400m)

Sa. 12.07.2025 Abschlußlauf Lauf10 Wolnzach

Sa. 26.07.2025, 14:00 VM-Rad 20 km (Start Radweg Wichert) + Ersatztermin nach Absprache (wenn nötig)

Sa. 13.09.2025, 14:00 VM-Lauf 3 km/Walking 7,5 km (Start Radweg Wichert) + Ersatztermin nach Absprache

Do.-So. 25.-28.9.2025 ASC-Summit: Marienbad/Tschechien

Mo. 10.11.25, 19:00 VM-Schießen (Kgl.Priv.Scharfschützen)

Sa. 29.11.2025, 17:00 ASC-Jahresabschlußfeier

Liste wird laufend ergänzt!

Stand: 1.4.2025