

# Trainingszeiten



## Montags

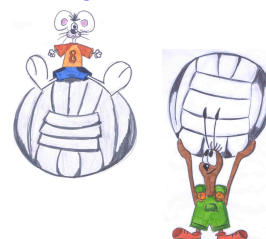
**15:30-17:00 Uhr, Liederbachhalle**

Kinder/Jugendliche dürfen frühestens 10 Minuten vor Trainingsbeginn die Umkleiden betreten ☺

**Ballmäuse &** Spiel und Spaß rund um den Ball für Kinder von 3-5 Jahren

**Ballflöhe**

Trainerinnen: Petra Dörries,  
Idoia Zubiarrain &  
Yvonne Karmann



**20:30-22:30 Uhr, Liederbachhalle**

**Damen 1**

Bezirksoberliga

Trainerin: Andrea Schlusen

## Dienstags

**15:30-17:00 Uhr, Liederbachhalle**

Kinder/Jugendliche dürfen frühestens 10 Minuten vor Trainingsbeginn die Umkleiden betreten ☺

**Ballpiraten (Kinder 5-6 Jahre)**  
**VCL-Kids (Kinder von 7-14 Jahren)**  
**Weibl. Jugend U 13 und U 14**  
**Männl. Jugend U 13 und U 15**

Trainer: Katja Berger, Petra Dörries,  
Idoia Zubiarrain, Dominik Scheithauer &  
Yvonne Karmann



## Mittwochs

**19:00-20:30 Uhr, Liederbachhalle**

**Damen 1**

Bezirksoberliga

Trainerin: Andrea Schlusen

**Damen 2**

**Herren / Jungs**

Trainer: Matthias Fabinger

Trainer: Markus Körner, Ben Beckers

**20:30-22:30 Uhr, Liederbachhalle**

**Mixed 1**

**Mixed 2**

Freizeitrunde Rhein-Main

Trainer: René Kothe

## Freitags

**19:00-21:00 Uhr, Liederbachhalle**

Jugendliche dürfen frühestens 10 Minuten vor Trainingsbeginn die Umkleiden betreten ☺

**Mixed Zoomer**

HVV-Runde

Trainer: Sascha Karmann, Hanna Karmann

**Hobby-Mixed**

**„Jedermann“**

**20:00-22:30 Uhr, Liederbachhalle**

Volleyball-Spielabend für alle erwachsenen VCLer

Trainer: René Kothe

**Interessierte sind natürlich immer gerne gesehen.**

**Claudia van Bonn, Tel.: 06196-884770, [www.vc-liederbach.de](http://www.vc-liederbach.de)**