



TGV WINTERTRAININGSPLAN 2025/26

Stand per: 2. November 2025 – v01

NR.	DATUM	INHALT	UHRZEIT	LOCATION	COACH	GRUPPE
1	DO, 30.10.25	Spielen am Platz	10 – 16 Uhr	GC KA Westendorf	S. Waltman	ALLE
2	DI, 04.11.25	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 1
3	DO, 06.11.25	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 2
4	DI, 11.11.25	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 1
5	DO, 13.11.25	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 2
6	SO, 16.11.25	Screening FMS/TPI	7:45 – 17 Uhr	LSZ/Löberbauer Innsbruck	L. Trenkwalder	ALLE
7	DI, 18.11.25	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 1
8	DO, 20.11.25	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 2
9	SO, 23.11.25	Indoor Techniktraining	10 – 16 Uhr	Reit im Winkl	S. Waltman	ALLE
10	DI, 25.11.25	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 1
11	DO, 27.11.25	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 2
12	SO, 30.11.25	Indoor Techniktraining	10 – 16 Uhr	Reit im Winkl	S. Waltman	ALLE
13	DI, 02.12.25	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 1
14	DI, 02.12.25	Info-Abend Mentalcoaching	19 – 20:30 Uhr	Online	J. Sampl A. Kogler	Kader-eltern
15	DO, 04.12.25	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 2
16	SO, 07.12.25	Indoor Techniktraining	10 – 16 Uhr	Reit im Winkl	S. Waltman	ALLE
17	DI, 09.12.25	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 1
18	DO, 11.12.25	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 2



19	SO, 14.12.25	Indoor Techniktraining	10 – 16 Uhr	Reit im Winkl	S. Waltman	ALLE
20	DI, 16.12.25	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 1
21	DO, 18.12.25	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 2
22	SO, 21.12.25	Indoor Techniktraining	10 – 16 Uhr	Reit im Winkl	S. Waltman	ALLE
23	DI, 23.12.25	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 1
24	DI, 30.12.25	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 1
25	DO, 08.01.26	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 2
26	SO, 11.01.26	Indoor Techniktraining	10 – 16 Uhr	Reit im Winkl	S. Waltman	ALLE
27	DI, 13.01.26	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 1
28	DO, 15.01.26	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 2
29	SO, 18.01.26	Indoor Techniktraining	10 – 16 Uhr	Reit im Winkl	S. Waltman	ALLE
30	DI, 20.01.26	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 1
31	DO, 22.01.26	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 2
32	DI, 27.01.26	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 1
33	DO, 29.01.26	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 2
34	DI, 03.02.26	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 1
35	DO, 05.02.26	Golfspezifisches Athletiktraining	19 – 20 Uhr	Löberbauer, Innsbruck	L. Trenkwalder	Gruppe 2

Gruppe 1: Laura Rasp, Noah Last, Julian Senfter, Rafael Norz, Julius Wolf, Paul Uanschou-Rudig, Olga Burykina, Vincent Marquardt

Gruppe 2: Laura Rasp, Julian Senfter, Rafael Norz, Leni Felder, Florian Felder, Eugen Kontrus, Adele Kontrus



WICHTIGE INFORMATIONEN

- Die Mindestteilnehmerzahl für die **Hallentrainings** in Reit im Winkl ist **6 Kaderspieler:innen**
- Beim **Athletiktraining** gibt es keine Mindestteilnehmerzahl
- Für jeden Trainingstermin sowie für das Screening besteht schriftliche **An- bzw. Abmeldepflicht**
- Das **Screening** ist ein **Pflichttermin** für alle Kaderspieler:innen
- Die Teilnahme an den Trainingsmaßnahmen ist **freiwillig**, es handelt sich um ein Trainingsangebot des Tiroler Golfverbandes für alle Kaderspieler:innen

SEMESTERCAMP

07. bis 14.02.2026 – für Kaderspieler:innen des Golf Team Tirol ab U14

Location: Belek/Türkei

SCREENING

- 07:45 Uhr: Treffpunkt Landessportzentrum/LSZ, Haupteingang
- 08:00 – 10:00 Uhr: Testungen, Teil 1 @LSZ
- 10:00 Uhr: Selbstständige Anreise zu Löberbauer Performance (Bus, Linie T, Abfahrt 10:23 Uhr ab Olympiaworld; Ausstieg Innsbruck Geyrstraße)
- 11:00 – 17:00 Uhr: Testungen, Teil 2 @LP

Benötigte Ausrüstung:

- Verpflegung/Jause/Snacks (Nüsse, Müsliriegel, Obst)
- Trinkflasche
- Sportbekleidung
- Hallenschuhe (wenn möglich keine Laufschuhe)
- Kleines Handtuch

Adressen:

Landessportzentrum Tirol

Olympiastraße 10a, 6020 Innsbruck

Löberbauer Performance

DEZ Einkaufszentrum/Parkhaus, Nordseite, 2. Stock

Amraser-See-Straße 56a, 6020 Innsbruck



ATHLETIKTRAINING

Löberbauer Performance

DEZ Einkaufszentrum/Parkhaus, Nordseite, 2. Stock

Amraser-See-Straße 56a, 6020 Innsbruck

Benötigte Ausrüstung:

- Kleines Handtuch
- Sportbekleidung
- Hallenschuhe (wenn möglich, keine Laufschuhe)
- Trinkflasche

TECHNIKTRAINING

Tennispark 1

83242 Reit im Winkl

Hallengebühr: EUR 15 pro Person und Termin (cash only!)

Mittagessen inkl. Getränk: EUR 15 pro Person und Termin (cash only!)

Benötigte Ausrüstung:

- Golfausrüstung
- Sportbekleidung
- Warme Kleidung für die Pausen
- Hallenschuhe
- Trinkflasche & Snacks (Nüsse, Müsliriegel, Obst)