2026 -Trainingszeiten VfL Bensheim – Basketball **Stand: 20.11.2026**

Ballschule des RTZ (Jahrgang 2019 und jünger)
- Freitag 15:45 – 17:45 Uhr (AKG-Halle am Weiherhausstadion – Halle 1)

Mixed U10 (Jahrgang 2017) Coach: Manja, Aliya
- Montag 16:00 – 17:30 Uhr (AKG-Halle am Weiherhausstadion – Halle 1)

Mixed U10 (Jahrgang 2018) Coach: Tilman
- Montag 16:00 – 17:30 Uhr (Neue AKG-Halle auf dem Schulgelände)

Mixed U10 (Jahrgang 2017-18) Selektierte Wettkampfgruppe Coach: Tilman, Manja, Aliya
- Montag 16:00 – 17:30 Uhr (Neue AKG-Halle auf dem Schulgelände)

Mixed U12 - 2 (Jahrgang 2015 und jünger) Coach: Michael Best
- Dienstag 15:45 – 17:15 Uhr (Neue AKG-Halle auf dem Schulgelände)
- Mittwoch 15:45 – 17:15 Uhr (AKG-Halle am Weiherhausstadion)

Männliche U12 - 1 (Jahrgang 2015 und jünger) Coach: Hardy Hegenbarth / Louis Kuhn
- Donnerstag 15:45 – 17:15 Uhr (Neue AKG-Halle auf dem Schulgelände)

Männliche U14 - 2 (Jahrgang 2013 und jünger) Coach: Tom Brosy
- Dienstag 17:15 – 18:45 Uhr (Neue AKG-Halle auf dem Schulgelände)
- Donnerstag 17:15 – 19:00 Uhr (Neue AKG-Halle auf dem Schulgelände)

Männliche U14 - 1 (Jahrgang 2013 und jünger) Coach: Uwe Storch
- Montag 17:15 - 18:45 Uhr (Neue AKG-Halle auf dem Schulgelände)
- Donnerstag 17:15 – 19:00 Uhr (Neue AKG-Halle auf dem Schulgelände)

Weibliche U14 (Jahrgang 2013 und jünger) / Talentfördergruppe / AG weiblich
- Donnerstag 15:45 – 17:15 Uhr (AKG-Halle am Weiherhausstadion – Halle 1)

Talentfördergruppe männlich
- Mittwoch 15:45 – 17:15 Uhr (Neue AKG-Halle auf dem Schulgelände)

Männliche U16 - 2 (Jahrgang 2011 und jünger) Coach: Leon Schneider / Samir Hussain
- Montag 15:45 - 17:15 Uhr (AKG-Halle am Weiherhausstadion)
- Donnerstag 17:10-18:35 Uhr (AKG-Halle am Weiherhausstadion)

Männliche U16 - 1 (Jahrgang 2011 und jünger) Coach: Yann Gröhlich
- Montag 18:00 - 19:30 Uhr (Neue AKG-Halle auf dem Schulgelände)
- Donnerstag 17:00-18:30 Uhr (AKG-Halle am Weiherhausstadion)

Männliche U18 – 1+2 (Jahrgang 2009 und jünger) Coach: Yannick Roth / Michel Goeken / Samir Hussain
- Dienstag 18:45 – 20:15 Uhr (Neue AKG-Halle auf dem Schulgelände)
- Donnerstag 18:30 – 20:00 Uhr (AKG-Halle am Weiherhausstadion)

Damen (Landesliga Hessen) Coach: Maher Kassem
- Dienstag 20:00 – 21:45 Uhr (Goethe-Gymnasium)
- Donnerstag 19:00 – 20:30 Uhr (Neue AKG-Halle auf dem Schulgelände)

Herren 3 + 4 (Kreisliga B + C)
- Dienstag 20:15 – 21:45 Uhr (Neue AKG-Halle auf dem Schulgelände)
- Donnerstag 20:00 – 21:45 Uhr (Neue AKG-Halle auf dem Schulgelände und Goethe-Gymnasium)

Herren 2 (Landesliga Hessen)
- Montag 20:00-22:00 Uhr (AKG-Halle am Weiherhausstadion)
- Donnerstag 20:00-21:45 Uhr (Neue AKG-Halle auf dem Schulgelände)

Herren 1 (1. Regionalliga) Coach: Yann Gröhlich
- Montag 20:00-22:00 Uhr (AKG-Halle am Weiherhausstadion)
- Mittwoch 20:00-22:00 Uhr (AKG-Halle am Weiherhausstadion)
- Donnerstag 20:00-21:45 Uhr (Neue AKG-Halle auf dem Schulgelände)

- **Athletik- und Individualtraining -> Nach Vereinbarung und nur auf Einladung**
- **VfL Bensem Freizeit Ballers (Jedefrau/Jedermann) -> Mittwoch 19:00 Uhr (Goethe-Gymnasium)**

Sporthallen
- **AKG-Halle am Weiherhausstadion: Dammstraße 121 – 64625 Bensheim**
- **Neue AKG-Halle auf dem Schulgelände: Eingang in der Franz-Liszt-Straße 7 – Parken: Wilhelmstraße 60**
- **Sporthalle Goethe-Gymnasium: Auerbacher Weg 24 - 64625 Bensheim**