

Trainingsplan Aktive 1. Quartal 2019

Wann: Dienstag, (19:00 bis 20.30 Uhr) untere Wydenturnhalle
Freitag, (20.30 bis 22:00 Uhr) Sekundarschulhaus

Leiter:

lw	Lukas Wüthrich
aw	Adrian Wittwer
dh	Daniel Hadorn
fn	Fabian Nick
sas	Sarah Salzmänn
fm	Fabian Moser
nk	Nadin Keller
dr	Damaris Riedweg
ss	Sophie Schmid
sw	Svenja Wittwer
am	Ariane Moser
db	Doris Bigler
si	Stefan Iselin

Der Trainingsplan ist auch unter www.tvworb.ch zu finden!

Tag	Datum	Leiter	Intensiv	Hauptteil	Ort/Bemerkung
DI	29.01.2019	aw	Beachball	Reif	
FR	01.02.2019	??	Kraft	Turnfest	
DI	05.02.2019	si	Korbball	Ropeskipping	
FR	08.02.2019	dr	Interval	Bodenturnen	
DI	12.02.2019	si	Goba	Turnfest	
FR	15.02.2019	fn	Beachball	Hochsprung	
SA	16.02.2019			Nachtschlitteln	Eigerrun
DI	19.02.2019	??	Kraft	Barren / Stufenbarren	
FR	22.02.2019			Curling	Curlinghalle Worb
DI	26.02.2019	aw	Interval	Bodenkampf (Ringen)	
FR	01.03.2019	dh	Goba	Turnfest	
DI	05.03.2019	sw	Beachball	Turnfest	
FR	08.03.2019	dr	Kraft	Hindernissparcour	
DI	12.03.2019	ss	Korbball	Yoga	
FR	15.03.2019	lw	Interval	Turnfest	
DI	19.03.2019	aw	Goba	Einführung Schwertkampf	
FR	22.03.2019	am	Beachball	Turnfest	
DI	26.03.2019	fn	Kraft	Minitramp	
FR	29.03.2019	dr	Korbball	Eignungstest	
DI	02.04.2019	db	Interval	Turnfest	
FR	05.04.2019	nk	Goba	Spielabend	