

## Trainingsplan Jugendriege Stufe 4

Gültig: 11. Januar bis 05. April 2019

Trainingszeit: Freitag 19.00 Uhr bis 20.30 Uhr

Trainingsort: Turnhalle Worbboden

Leiter/in: (nk) Nadin Keller 078 907 05 97 keller.nadin@bluewin.ch (Stufenverantwortliche)  
 (aw) Adrian Wittwer 079 775 04 51 adrian.wittwer@dralnu.ch  
 (sw) Svenja Wittwer 079 788 58 43 svenja.wittwer@bluewin.ch

Datum	Leiter/in	Programm (Hauptteil / Schlusspiel)
11.01.2019	sw	Werfen und Treffen
18.01.2019	aw/sw	Hochsprung
25.01.2019	Vereinsversammlung ☐ kein Training	
01.02.2019	nk/aw	Stafetten
08.02.2019	aw/sw/nk	Schlittschuhlaufen Bundesplatz
15.02.2019	sw/nk	Reck- und Bodenturnen
<b>Sportwoche (16. - 24.02.2019)</b>		
01.03.2019	aw/nk	Minitrampolin
08.03.2019	aw/sw	Minitrampolin
15.03.2019	sw/nk	Unihockeytraining
22.03.2019	aw/nk	Ringe turnen
29.03.2019	sw/aw	Hindernissparcour
<b>30.03.2019 Sportnachmittag (Turnhalle Worbboden)</b>		
05.04.2019	nk/sw	Spieleabend
<b>Frühlingferien (06. - 22.04.2019)</b>		
<b>18. - 20.04.2019 Trainingslager Willisau</b>		
26.04.2019	Trainingsbeginn	

- **bei Verhinderung bitte Leiter/in informieren → SMS / WhatsApp genügt!**