

Trainingsplan Aktive 2. Quartal 2019

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

Leiter:

lw	Lukas Wüthrich	lukas.90@bluewin.ch
am	Ariane Moser	ariane_moser@bluewin.ch
aw	Adrian Wittwer	adrian.wittwer@dralnu.ch
db	Doris Bigler	dorisgroba@hotmail.com
dh	Daniel Hadorn	daniel.hadorn@gmail.com
fn	Fabian Nick	f.nick@bluewin.ch
fm	Fabian Moser	fabian.moser20@bluewin.ch
nk	Nadin Keller	keller.nadin@bluewin.ch
sas	Sarah Salzmänn	sarah.salzmänn@gmx.net

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

Tag	Datum	Leiter	Intensiv	Hauptteil	Spiel
DI	30.04.2019	fm	Wurftechnik	Korbballtraining	Fussball
FR	03.05.2019	dr	Ausdauer	Ultimate training	Smolball
DI	07.05.2019	si		Turnfesttraining	
FR	10.05.2019	fn	Intervall	Minitrampolin	Spiel
DI	14.05.2019	dh	-	Vitaparcours	Fussball
FR	17.05.2019	sas	Ausdauer	Turnfesttraining	Baseball
DI	21.05.2019	si	Intervall	Turnfesttraining	Rugby
FR	24.05.2019	aw		Ädu / FÄbu part 2	
DI	28.05.2019	si	Kraft	Passen und Schiessen	Fussball
DO	30.05.2019			Turnfahrt	
FR	31.05.2019			Kein training	
DI	04.06.2019	am	-	Turnfesttraining	Ultimate
FR	07.06.2019	fn	-	Turnfesttraining	-
DI	11.06.2019	sp	-	Turnfesttraining	-
FR	14.06.2019	sas	-	Turnfesttraining	-
DI	18.06.2019	si		Turnfesttraining	
FR	21.06.2019			Turnfest	
DI	25.06.2019	sas	-	Vitaparcours	Rugby
FR	28.06.2019	dr	-	Ultimate training	Baseball
DI	02.07.2019	aw	-	Spielabend	-
FR	05.07.2019	?	-	?	-
FR-SO	07.07-13.08.19	-	-	Sommerferien	-