

Trainingsplan Aktive 1. Quartal 2022

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@drlnu.ch
	dh	Daniel Hadorn	daniel.hadorn@gmail.com
	dr	Damaris Riedweg	damaris.riedweg@gmail.com
	en	Eric Neuhaus	eric.neuhaus@bluewin.ch
	fm	Fabian Moser	fabian.moser20@bluewin.ch
	fn	Fabian Nick	f_nick@bluewin.ch
	nk	Nadin Keller	keller.nadin@bluewin.ch
	sas	Sarah Salzmann	sarah.salzmann@gmx.net
	si	Stefan Iselin	stefan.iselin@bluewin.ch
	db	Doris Bigler	dorisgroba@hotmail.com

Der Trainingsplan ist auch unter <https://tvworb.ch/angebot/aktive> zu finden!

Tag	Datum	Leiter	Intensiv	Hauptteil	Ort/Bemerkung
Fr	07.01.2022	si	Quartalsübungen	Turnfest Allround	
Di	11.01.2022	fm	Spikeball	Korbball	
Fr	14.01.2022	dh	Quartalsübungen	Matterhornball	Besprechung UA
Di	18.01.2022	nk	Rope skipping	Unihockey	
Fr	21.01.2022	fn	Quartalsübungen	<u>Cup: Minispiel-Marathon</u>	
Di	25.01.2022	aw	Quartalsübungen	Ringeturnen	
Fr	28.01.2022	-	-	Vereinsversammlung	obligatorisch, Infos folgen
Di	01.02.2022	en	Spikeball	Ausdauertraining	
Fr	04.02.2022	db	Quartalsübungen	Minitrampolin	
Di	08.02.2022	sas		Hyrox	
Fr	11.02.2022	si	Quartalsübungen	Spikeball	
Di	15.02.2022	am	Quartalsübungen	Turnfest Korbball	
Sa	19.02.2022	-	-	Schlitteln	Infos folgen
Fr	25.02.2022	-	-	Curling	Infos folgen
Sa-So	19.02.-27.02.22	-	-	Sportferien	kein Training am Dienstag 22.02.
Di	01.03.2022	aw	Quartalsübungen	Hindernisparcour	
Fr	04.03.2022	nk	Quartalsübungen	Team-Wettkampf	
Sa/So	05./06.03.2022	-	-	Schneeweekend	Infos folgen
Di	08.03.2022	aw	Quartalsübungen	Badmintonturnier	
Fr	11.03.2022	si	Spikeball	Kraftcircuit	
Di	15.03.2022	nk	Quartalsübungen	Burner Games	
Fr	18.03.2022	en	Rope skipping	Turnfest Unihockey	
Di	22.03.2022	dh	Quartalsübungen	Werfen/Treffen	
Fr	25.03.2022	fn	Quartalsübungen	<u>Cup: Ratefuchs</u>	
Di	29.03.2022	db	Spikeball	Biathlon	
Fr	01.04.2022	dr	-	Turnfest	
Di	05.04.2022	sas	Quartalsübungen	Spieleabend	
Do-So	14.-17.04.22	-	-	Trainingslager	Infos folgen
Sa-So	09.04.-24.04.	-	-	Frühlingsferien	-