

## Trainingsplan Aktiv plus (1/23)

Gültig: 13. Januar 2023 bis 7. Juli 2023

Trainingszeit: Freitag, 20.30 Uhr bis 22.00 Uhr

Trainingsort: Turnhalle Wyden (unten)

Leiter: (th) Thomas Hofmann 079 467 99 11 [thomashofmann@bluewin.ch](mailto:thomashofmann@bluewin.ch) (verantwortlich)  
 (bm) Beat Moser 031 839 39 21 [beat.moser@pop.agri.ch](mailto:beat.moser@pop.agri.ch)  
 (cb) Christian Bernhard 079 602 00 88 [c.bernhard@sunrise.ch](mailto:c.bernhard@sunrise.ch)  
 (pr) Philipp Raspe 079 687 29 76 [kontakt@raspe.be](mailto:kontakt@raspe.be)  
 (hm) Hansjürg Moser 079 239 01 60 [hjm82@gmx.ch](mailto:hjm82@gmx.ch)  
 (rm) Roger Mathys 079 705 04 94 [r.mathys44@bluewin.ch](mailto:r.mathys44@bluewin.ch)

Tag	Datum	Leiter	Programm
Fr	13.01.2023	cb	Kraft Ausdauer
Fr	20.01.2023	bm	Korbball-Training/Spiele
Fr	27.01.2023	th/rm	Turnfesttrainig/Spiele
Fr	03.02.2023	aw	<b>Vereinsversammlung (obligatorisch)</b>
Fr	10.02.2023	cb	Badminton/Spiele
Fr	17.02.2023	th	Tom's Geburtstagstraining (das Bier danach geht auf mich)
Sa	18.02.2023	db	Nachtschlitteln (organisiert durch die Aktiv Riege)
Fr.	24.3.2023	db	Curling
Fr	03.03.2023	th/rm	Turnfesttrainig/Spiele
Fr	10.03.2023	pr	Fussballtraining/Spiele
Fr	17.03.2023	th	Hindernislauf/Spiele
Fr	24.03.2023	th/rm	Turnfesttraining/Spiele
Fr	31.3.2023	cb	Spielabend
Fr	07.04.2023		Karfreitag (kein Training)
	10.-23.4.2023		<b>Frühlingsferien</b>
Fr	28.04.2023	th/rm	Turnfesttraining/Spiele
Fr	05.05.2023	bm	Ausdauer Kondition/Spiele
Fr	12.05.2023	pr	Korbballtraining/Spiele
Fr	19.05.2023		Auffahrtswochenende (ev. Training)
Fr	26.05.2023	th/rm	Turnfesttraining/Spiele
Fr	02.06.2023	bm	Lauftraining/Spiele
Fr	09.06.2023	th/rm	Turnfesttraining/Spiele
Fr	16.06.2023	th/rm	Turnfesttraining/Spiele
Sa.+So	17.-18.06.2023	th/rm	<b>Turnfest Pieterlen</b>
Fr	23.06.2023	th	Überraschungstraining
Fr	30.06.2023	th	Spielabend
Fr	07.07.2023	th	Minigolf (Halle geschlossen)
	10.07.2023- 13.08.2023		<b>Sommerferien</b>

alle Trainingspläne und weitere Informationen unter [www.tvworb.ch](http://www.tvworb.ch)