

## Trainingsplan Jungendriege Stufe 1

Trainingszeit: Montag 17.30 Uhr bis 19.00 Uhr

Trainingsort: Untere Turnhalle Wyden 2

Leiterin: (sc) Selina Cramerli 077 424 58 45 [selcra@bluewin.ch](mailto:selcra@bluewin.ch)

(as) Anouk Staub

(ts) Theresia Schär

(ns) Nadine Stalder

Datum	Leiter	Programm (Hauptteil)
14.10.2024	sc/as	Panterball
21.10.2024	sc/as	Affengarten
28.10.2024	sc/as	Unihockey
04.11.2024	sc/ts	Ausdauer/Koordination/Kraft
11.11.2024	sc/ts	Völkerball
18.11.2024	sc/ts	Fussball
25.11.2024		Kein Training
02.12.2024	ns/ts	Badminton
09.12.2024	ns/ts	Fangisvariationen
16.12.2024	sc/as	Verschiedene Spiele
<b>Winterferien</b>		

- Bei Verhinderung bitte Leiterin informieren → WhatsApp/SMS genügt