

Trainingsplan TV Herren

Datum	Zeit	Disziplin
Do 22.04.10	19.30 Uhr	Allround / Pendel, Kugel / Schleuder, Weitwurf, 800m
Do 29.04.10	19.30 Uhr	Allround / Pendel, Kugel / Schleuder, Weitwurf, 800m
Do 06.05.10	19.30 Uhr	Allround / Pendel, Kugel / Schleuder, Weitwurf, 800m
Di 11.05.10	19.30 Uhr	Pendelstafette zusammen mit Damen
Do 13.05.10	Auffahrt	Kein Training
Do 20.05.10	19.30 Uhr	Allround / Pendel, Kugel / Schleuder, Weitwurf, 800m
Do 27.05.10	19.30 Uhr	Allround / Pendel, Kugel / Schleuder, Weitwurf, 800m
Do 03.06.10	19.30 Uhr	Allround / Pendel, Kugel / Schleuder, Weitwurf, 800m
Do 10.06.10	19.30 Uhr	Allround / Pendel, Kugel / Schleuder, Weitwurf, 800m
Do 17.06.10	19.30 Uhr	Allround / Pendel, Kugel / Schleuder, Weitwurf, 800m
Di 22.06.10	19.30 Uhr	Zusammen mit Damen (siehe Plan unten)
Do 24.06.10	19.30 Uhr	Allround / Pendel, Kugel / Schleuder, Weitwurf, 800m
Sa 26.06.10	Turnfest	

Zeitplan für das gemeinsame Training

Zeit	Disziplin	Verantwortlich
19.30 Uhr – 19.35 Uhr	Informationen	Stefanie Anderegg Christian Schori
19.35 Uhr – 19.50 Uhr	Einlaufen	Stefanie Anderegg Christian Schori
19.50 Uhr – 20.50 Uhr	Allround	Stefanie Anderegg Christian Schori
20.50 Uhr – 21.10 Uhr	Kugel, Pendelstafette	Stefanie Anderegg Christian Schori
21.10 Uhr – 21.30 Uhr	Schleuderball, Weitwurf, 800m	Stefanie Anderegg Christian Schori
21.30 Uhr – 21.40 Uhr	Wegräumen	Alle

Wir erwarten von allen, die am Turnfest teilnehmen, einen lückenlosen Trainingsbesuch!

Ansprechpersonen

TV Damen Stefanie Anderegg 076 331 53 08
TV Herren Christian Schori 079 412 55 60