

# Trainingsplan Turnfest Biberist 2011

Datum	Zeit	Disziplin
Di 26.04.11	19.30 Uhr	Allround / Pendel, Kugel / Schleuder, Weitwurf,
Do 28.04.11	19.30 Uhr	Allround / Pendel, Kugel / Schleuder, Weitwurf,
Di 03.05.11	19.30 Uhr	Allround / Pendel, Kugel / Schleuder, Weitwurf
Do 05.05.11	19.30 Uhr	Allround / Pendel, Kugel / Schleuder, Weitwurf,
Di 10.05.11	19.30 Uhr	Allround / Pendel, Kugel / Schleuder, Weitwurf,
Do 12.05.11	19.30 Uhr	Allround / Pendel, Kugel / Schleuder, Weitwurf,
<b>Di 17.05.11</b>	<b>19.30 Uhr</b>	<b>Pendelstafette zusammen mit Damen</b>
Do 19.05.11	19.30 Uhr	Allround / Pendel, Kugel / Schleuder, Weitwurf,
Di 24.05.11	19.30 Uhr	Allround / Pendel, Kugel / Schleuder, Weitwurf,
Do 26.05.11	19.30 Uhr	Allround / Pendel, Kugel / Schleuder, Weitwurf,
Di 31.06.11	19.30 Uhr	Allround / Pendel, Kugel / Schleuder, Weitwurf,
<b>Do 02.06.11</b>	<b>Auffahrt</b>	<b>Kein Training</b>
Di 07.06.11	19.30 Uhr	Allround / Pendel, Kugel / Schleuder, Weitwurf,
Do 09.06.11	19.30 Uhr	Allround / Pendel, Kugel / Schleuder, Weitwurf,
<b>Di 14.06.11</b>	<b>19.30 Uhr</b>	<b>Zusammen mit Damen (siehe Plan unten)</b>
Do 16.06.11	19.30 Uhr	Allround / Pendel, Kugel / Schleuder, Weitwurf,
<b>Sa 18.06.11</b>	<b>Turnfest</b>	

## Zeitplan für das gemeinsame Training

Zeit	Disziplin	Verantwortlich
19.30 Uhr – 19.35 Uhr	Informationen	Stefanie Anderegg Ronald Lüthi
19.35 Uhr – 19.50 Uhr	Einlaufen	Stefanie Anderegg Ronald Lüthi
19.50 Uhr – 20.50 Uhr	Allround	Stefanie Anderegg Ronald Lüthi
20.50 Uhr – 21.10 Uhr	Kugel, Pendelstafette	Stefanie Anderegg Ronald Lüthi
21.10 Uhr – 21.30 Uhr	Schleuderball, Weitwurf, 800m	Stefanie Anderegg Ronald Lüthi
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 Ronald Lüthi 079 634 74 08**