

Trainingsplan Mittwoch

Januar – Juli 2023

Mittwoch	Aktive			Frauen		
	was	wann	wo	was	wann	wo
04.01.23	Ferien			Ferien		
11.01.23	Walking (Dorfhalle geschlossen)	19.00		Evt. Walking (draussen/GYM in Dorfhalle)	19.00	
18.01.23	Fitness	19.00	DH	Turnen	20.30	TH
25.01.23	Allround	19.00	DH	Fit und Fun aktive	20.30	TH

01.02.23	Unihockey	20.30	TH	Turnen	19.00	DH
08.02.23	Schlitteln oder auf den Berg (Halle geschlossen)	20.30	TH	Turnen	19.00	DH
15.02.23	Fitness und Spiele	20.30	TH	Turnen	19.00	DH
22.02.23	Allround	19.00	TH	Fit und Fun aktive	20.30	DH

01.03.23	Fitness	19.00	DH	Turnen	20.30	TH
08.03.23	Spiele	19.00	DH	Turnen	20.30	TH
15.03.23	Allround	19.00	DH	Fit und Fun aktive	20.30	TH
22.03.23	Stafetten	19.00	DH	Turnen	20.30	TH
29.03.23	Circuit	19.00	DH	Turnen	20.30	TH

05.04.23	Allround	20.30	TH	Fit und Fun aktive	19.00	DH
12.04.23	Burner Games	20.30	TH	Turnen	19.00	DH
19.04.23	Koordination	20.30	TH	Turnen	19.00	DH
26.04.23	Wettkampfvorbereitung FTA / Fit & Fun*	19.00	draussen	Turnen	19.00	DH

03.05.23	Wettkampfvorbereitung FTA / Fit & Fun*	19.00	Draussen	Turnen	19.00	DH
10.05.23	Wettkampfvorbereitung FTA / Fit & Fun*	19.00	Draussen	Turnen	19.00	DH
17.05.23	Frei vor Vereinsreise	19.00	Draussen	Turnen	19.00	DH
24.05.23	Wettkampfvorbereitung FTA / Fit & Fun*	19.00	Draussen	Turnen	19.00	DH
31.05.23	Wettkampfvorbereitung FTA / Fit & Fun*	19.00	Draussen	Turnen	19.00	DH

07.06.23	Wettkampfvorbereitung FTA / Fit & Fun*	19.00	Draussen	Turnen	19.00	DH
----------	---	-------	----------	--------	-------	----

14.06.23	Wettkampfvorbereitung FTA / Fit & Fun*	19.00	Draussen	Turnen	19.00	DH
21.06.23	Wettkampfvorbereitung FTA / Fit & Fun*	19.00	Draussen	Turnen	19.00	DH
28.06.23	Spiele draussen	19.00	draussen	Turnen	19.00	DH
05.07.23	Abschluss	19.00	draussen	Turnen	19.00	DH
12.07.23	Sommerferien			Sommerferien		