

DR Bettwiesen 2022 – Trainingsplan

Trainingszeiten:

MO: 19:30 Uhr – 21:15 Uhr

DI: 19:45 Uhr – 21:15 Uhr

Tag	Datum	Training	Leiterinnen
FR	12. August	Hartenauturnier	Sarah
MO	15. August	Spielstunde	Jael / Sabrina
MO	22. August	SSB / Boden / Kraftparcour	Céline / Sarah
MO	29. August	Weitspr. / Steinstossen / Steinh. / Sprint / Yoga	Fabienne / Nadja / Angi
MO	05. September	Trampolin Jumping (Birwinken) 19.30 Uhr	Sarah
DI	06. September	Zusatztraining TMM	Sarah
MI	07. September	Evtl. Trampolin Jumping (Birwinken) 19.30 Uhr	Sarah
FR	09. September	TG TMM in Tobel (ca. 18.00 Uhr)	Sarah
MO	12. September	Team Aerobic / Fachtest	Sarah / Sabrina / Fabienne
DI	13. September	Boden	Yvonne / Sarah
	17.-18. September	Damenriegenreise	Mirjam / Sandra
MO	19. September	SSB / Kraft / Lauftraining / Yoga	Sarah / Nadja / Angi
DI	20. September	Team Aerobic	Sarah
MO	26. September	SSB / Spiele	Céline / Sabrina
MO	03. Oktober	Hallenmeisterschaft	Jasmin
	08.-22. Oktober	Herbstferien	
MO	17. Oktober	Ferienplausch	Fabienne / Sabrina
MO	24. Oktober	Start AU	Nadja / Jael
SA	29. Oktober	Oktoberfest Bronschhofen	Mirjam
MO	31. Oktober	AU	Nadja / Jael
MO	07. November	SSB / AU	Sarah / Nadja / Jael
DI	08. November	Team Aerobic	Sarah
MO	14. November	AU	Nadja / Jael
MO	21. November	AU	Nadja / Jael
MO	28. November	Halle besetzt / Alternativprogramm	Fabienne
DI	29. November	Boden	Yvonne / Sarah
SA	03. Dezember	Chlausobig	Angi
MO	05. Dezember	SSB / AU	Céline / Nadja / Jael
MO	12. Dezember	AU	Nadja / Jael
DI	13. Dezember	Team Aerobic	Sarah
MO	19. Dezember	AU	Nadja / Jael
	20.12-02.01.22	Weihnachtsferien	
DI	03. Januar	AU	Nadja / Jael
DO	05. Januar	Hauptprobe AU	
SA	07. Januar	Kinder- und Abendvorstellung	
DO	12. Januar	Abendvorstellung	
SA	14. Januar	Abendvorstellung	