

Trainingsplan Aktivriege

Dezember 2017 – März 2018

Tag	Datum	Zeit						Besonderes	Poly. Leiter	Disziplin	Rest.
		20.05 – 20.20 Uhr	Halle	20.25 – 21.10 Uhr	Halle	21.15 – 21.55 Uhr	Halle				
Di	05.12.2017	Einlaufen	MZH	Volleyball Meisterschaft Polysport GYK	MZH 1/3 MZH 2/3 Stk.Halle	Volleyball Meisterschaft Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	Volley Oberburg (Spiel 2)	Silvan	1.Teil: Unihockey 2. Teil: frei	
Fr	08.12.2017	Einlaufen	MZH	GETU Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	GETU Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3		Markus	1.Teil: Softball 2.Teil: frei	SZH
Di	12.12.2017	Einlaufen	MZH	GYK Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	GYK Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3		Fabian S.	1.Teil: Kraft/Kondi 2.Teil: frei	
Fr	15.12.2017	Einlaufen	MZH	GETU Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	Vereinsmeisterschaft	MZH 3/3		Christian	1.Teil: Basketball 2.Teil:VM	Tanne
Di	19.12.2017	Einlaufen	MZH	GYK Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	Polysport	MZH 3/3		Yanick	1.Teil: frei 2.Teil: Völkerball	
Fr	22.12.2017	Einlaufen	MZH	Spielturnier	MZH 3/3	Spielturnier	MZH 3/3		Damian	1.Teil: frei 2.Teil: frei	Piazetta
Fr	29.12.2017	Austrincket, Standort: Schützenhauskeller						Info gemäss Chrigu/Dodo			SZH
Fr	05.01.2018	Einlaufen	MZH	Spiele	MZH 3/3	Spiele	MZH 3/3		Kevin W	1.Teil: frei 2.Teil: frei	Oldi
Di	09.01.2018	Einlaufen	MZH	GYK Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	GETU Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	Unihockey Team 1 (Madiswil)	Dominic	1.Teil: Kraft/Kondi 2.Teil: frei	
Fr	12.01.2018	Einlaufen	MZH	GYK Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	GETU Polysport	MZH 1/3 MZH 3/3		Kobu	1.Teil: Volleyball 2.Teil: frei	SZH
Sa/ So	13./14.01.2017	Snowweekend						Info gemäss Kobu			
Di	16.01.2018	Einlaufen	MZH	Volleyball Meisterschaft Polysport GYK	MZH 1/3 MZH 2/3 Stk. Halle	Volleyball Meisterschaft Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	Volley Oberburg (Spiel 2&3)	Matthias	1.Teil: frei 2.Teil: Brennball	
Fr	19.01.2018	Einlaufen	MZH	GETU Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	GYK Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3		Markus	1.Teil: frei 2.Teil: Juckball	Tanne
Di	23.01.2018	Vereinsmeisterschaft						Info gemäss Säm	Säm	VM	
Fr	26.01.2018	Einlaufen	MZH	GETU Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	GYK Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3		Kevin M	1.Teil: kleine Spiele 2.Teil: frei	Piazetta
Di	30.01.2018	Einlaufen	MZH	GYK Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	GETU Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3		Sandra M	1.Teil: frei 2.Teil: Lacross	
Fr	02.02.2018	Einlaufen	MZH	GETU Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	GYK Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3		Fabian S	1.Teil: frei 2.Teil: Kraft/Kondi	Oldi

Tag	Datum	Zeit						Besonderes	Poly. Leiter	Disziplin	Rest.
		20.05 – 20.20 Uhr	Halle	20.25 – 21.10 Uhr	Halle	21.15 – 21.55 Uhr	Halle				
Di	06.02.2018	Einlaufen	MZH	GYK Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	GETU Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3		Silvan	1.Teil: Fussball 2.Teil: frei	
Fr	09.02.2018	Einlaufen	MZH	GETU Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	GYK Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3		Kobu	1.Teil: Softball 2.Teil: frei	SZH
Di	13.02.2018	Einlaufen	MZH	GYK Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	GETU Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3		Kevin W	1.Teil: frei 2.Teil: Basketball	
Fr	16.02.2018	Einlaufen	MZH	GETU Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	GYK Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3		Kevin M	1.Teil: frei 2.Teil: Stafetten	Tanne
Di	20.02.2018	Einlaufen	MZH	Unihockey, Team 2 GYK / Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	Unihockey, Team 2 Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	Unihockey, Oberburg	Yanick	1.Teil: Kraft/Kondi 2.Teil: frei	
Fr	23.02.2018	Einlaufen		GETU Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	GYK Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3		Markus	1.Teil: Unihockey 2.Teil: frei	Piazetta
Di	27.02.2018	Einlaufen		GYK Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	GETU Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3		Damian	1.Teil: frei 2.Teil: Frisbee	
Fr- So	02.-04.03.2018	Trainingsweekend Lintharena in Näfels						Info gemäss Leiterteam			
Di	06.03.2018	Vereinsmeisterschaft						Info gemäss Säm			
Fr	09.03.2018	Generalversammlung						Info gemäss Einladung			
Di	13.03.2018	Einlaufen	MZH	GYK Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	GETU Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3		Dominic	1.Teil: Juckball 2.Teil: frei	
Fr	16.03.2018	Einlaufen		GETU Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	GYK Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3		Sandra M	1.Teil: Kraft/Kondi 2.Teil: frei	Oldi
Di	20.03.2018	Einlaufen		GYK Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	GETU Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3		Kevin M	1.Teil: frei 2.Teil: kleine Spiele	
Fr	23.03.2018	Einlaufen		GETU Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	GYK Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3		Matthias	1.Teil: frei 2.Teil: Lacross	Piazetta
Di	27.03.2018	Einlaufen		GYK Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3	GETU Polysport	MZH 1/3 MZH 2/3		Christian	1.Teil: Softball 2.Teil: frei	
Fr	30.03.2018	Karfreitag (kein Training)									