

## Polysport-Trainingsplan

06. Januar 2020 – 03. Juli 2020

Tag	Datum	Zeit	Leiter	Programm / Disziplinen (1./2. Teil)	Besonderes
Mo	06.01.20	18.30-20.00	Kevin, Jan	Badminton Technik	
Fr	10.01.20	18.30-20.00	Nicole, Samuel	Verschiedene Spiele	
Mo	13.01.20	18.30-20.00	Svetlana, Livio	Volleyball Technik	Elternabend mit Kevin
Fr	17.01.20	18.30-20.00	Kevin, Jan	Volleyball	
Mo	20.01.20	18.30-20.00	Jan, Nicole	Wurf und Fang Technik	
Fr	24.01.20	18.30-20.00	Svetlana, Livio	Wurfspiele	
Mo	27.01.20	18.30-20.00	Kevin, Samuel	Unihockey Technik	
Fr	31.01.20	18.30-20.00	Jan, Livio	Unihockey	
Mo	03.02.20	18.30-20.00	Nicole, Kevin	Völkerball, Brennball	
Fr	07.02.20	18.30-20.00	Svetlana, Samuel	Stafette	
Mo	10.02.20			Sportferien bis 17.02.20	
Mo	17.02.20			Skilager bis 24.02.20	
Mo	24.02.20	18.30-20.00	Jan, Kevin	Kraft + Kondi	
Fr	28.02.20	18.30-20.00	Jan, Samuel	Lacross	

Ferien 

Besonderes 

Mo	02.03.20	18.30-20.00	Svetlana, Livio	Sprung Technik	
Fr	06.03.20	18.30-20.00	Nicole, Kevin	Spiele für Sprungkraft	
Mo	09.03.20	18.30-20.00	Samuel, Livio	Basketball Technik	
Fr	13.03.20	18.30-20.00	Svetlana, Kevin	Basketball	
Mo	16.03.20	18.30-20.00	Nicole, Samuel	Lauf Technik	
Fr	20.03.20	18.30-20.00	Kevin, Livio	Laufspiele	
Mo	23.03.20	18.30-20.00	Kevin, Svetlana	Unihockey, Volleyball	
Fr	27.03.20	18.30-20.00	Samuel, Livio	Fussball, Brennball	
Mo	30.03.20	18.30-20.00	Samuel, Svetlana	Wunschlektion	
Fr	03.04.20	18.30-20.00	Kevin, Livio	Kleine Spiele	
Mo	06.04.20			Frühlingsferien bis 20.04.20	
Do	16.04.20	Ganzer Tag		Trainingslager in Oberburg bis 18.04.20	Info folgen
Mo	20.04.20	18.30-20.00	Kevin, Markus	LA Technik	Bei schönem Wetter draussen
Fr	24.04.20	18.30-20.00	Kevin, Samuel	Kraft + Kondi	Aussenkleider dabei haben
Mo	27.04.20	18.30-20.00	Svetlana, Markus	Baseball Technik	
Fr	01.05.20	18.30-20.00	Samuel, Livio	Fussball	
Mo	04.05.20	18.30-20.00	Kevin, Svetlana	Überraschung	Info folgen
Fr	08.05.20	18.30-20.00		Kein Training	Halle besetzt
Mo	11.05.20	18.30-20.00	Nicole, Markus	Freesbee Technik	
Fr	15.05.20	18.30-20.00	Kevin, Samuel	Kids Cup üben, Beachvolleyball	
Mo	18.05.20	18.30-20.00	Svetlana, Livio	Turnfest üben, Basketball	

Fr	22.05.20	18.30-20.00	Kevin, Markus	Turnfest üben	
Mo	25.05.20	18.30-20.00	Samuel, Svetlana	Kids Cup, Turnfest, Jugi Tag üben, Spiel nach Wahl	
Fr	29.05.20	18.30-20.00	Nicole, Livio	Kids Cup, Turnfest, Jugi Tag üben, Spiel nach Wahl	
MO	01.06.20	18.30-20.00	Samuel, Markus	Kids Cup, Turnfest, Jugi Tag üben, Spiel nach Wahl	
Fr	05.06.20	18.30-20.00	Kevin, Livio	Kids Cup, Turnfest, Jugi Tag üben, Spiel nach Wahl	
Sa	06.06.20	Ganzer Tag		UBS Kids Cup Schnellste Oberburger	Info folgen
Mo	08.06.20	18.30-20.00	Kevin, Svetlana	Turnfest üben	
Fr	12.06.20	18.30-20.00		Kein Training	Halle besetzt
So	14.06.20	Ganzer Tage		Mittelländisches Turnfest	Info folgen
Mo	15.06.20	18.30-20.00	Kevin, Samuel	Jugi Tag üben	
Fr	19.06.20	18.30-20.00	Nicole, Markus	Spiel nach Wahl	
Mo	22.06.20	18.30-20.00	Svetlana, Livio	Jugi Tag üben	
Fr	26.06.20	18.30-20.00	Kevin, Markus	Spiel nach Wahl	
Sa	27.06.20	Ganzer Tag		Jugi Tag Jungs	Info folgen
So	28.06.20	Ganzer Tag		Jugi Tag Mädchen	Info folgen
Mo	29.06.20	18.30-20.00		Kein Training	Solätte
Fr	03.07.20	18.30-20.00	Alle	Abschluss Training	Info Folgen
Sa	04.07.20	Ganzer Tag		Schlussturntag	Info folgen
Mo	06.07.20			Sommerferien	

**Hauptleiter:**

Kevin Wagner                      079 43 02 54

**Leiterinnen und Leiter:**

Svetlana Habegger                076 721 56 13

Nicole Lüthi                        079 212 51 66

Samuel Heimberg                079 866 76 63

Livio Sampogna                 079 848 26 53

Jan Isler                             076 819 31 69

Markus Gerber                    076 452 15 59