

# Trainingsplan Aktive Herren 1



Datum	Tag	Leiter	Trainingsinhalt	Ort	Info
23.03.2021	Dienstag	Steigi	Welcome back!	GESA	
26.03.2021	Freitag	Damian	Street-Racket	GESA	
30.03.2021	Dienstag	Wädli	FIT-Check	GESA	
02.04.2021	Freitag	Gian	Volleyball	GESA	Karfreitag
06.04.2021	Dienstag	Juri	Fussball-Taktik	GESA	
09.04.2021	Freitag	Damian	Zielwurf total	GESA	
13.04.2021	Dienstag	Wädli	Intercross	GESA	Frühlingsferien
16.04.2021	Freitag	Steigi	Workout-Friyay	GESA	Frühlingsferien
20.04.2021	Dienstag	Gian	Waldpark retour + LA	GESA	Frühlingsferien
23.04.2021	Freitag	Damian	LA-Individuell	GESA	Frühlingsferien
27.04.2021	Dienstag	G&W	<b>LA-VM</b>	GESA	Infos folgen
30.04.2021	Freitag	G&W	<b>LA-VM</b>	GESA	Infos folgen
04.05.2021	Dienstag	Surprise!	Surprise!	GESA	
07.05.2021	Freitag	Steigi	ab uf da Töni	St. Anton	
11.05.2021	Dienstag	Gian	Spiel & Spass	GESA	
18.05.2021	Dienstag	Juri	ran NFL	GESA	
21.05.2021	Freitag	Steigi	Tschüttele	GESA	
25.05.2021	Dienstag	Damian	Baseball	GESA	
28.05.2021	Freitag	Wädli & Steigi	<b>Leiter- und Vorstandssessen</b>	tba	Infos folgen
01.06.2021	Dienstag	Damian	Mein Freund "die Treppe"	GESA	
04.06.2021	Freitag	Wädli	Turnfest	GESA	
08.06.2021	Dienstag	Juri	ultimatives Ultimate	GESA	
11.06.2021	Freitag	Steigi	<b>Bowling</b>	tba	Infos folgen
15.06.2021	Dienstag	Surprise!	Surprise!	GESA	
18.06.2021	Freitag	Wädli	OL	tba	
22.06.2021	Dienstag	Gian	Tokio 2021	GESA	
25.06.2021	Freitag	Gian	Paris 2024	GESA	
29.06.2021	Dienstag	Steigi	Jugistunde	GESA	
02.07.2021	Freitag	Damian	Street - (Racket & Soccer)	GESA	
06.07.2021	Dienstag	Juri	Summer-Vibe	GESA	
09.07.2021	Freitag	Steigi	<b>Bouldern</b>	tba	Infos folgen

	Turnhalle geschlossen / besetzt
	1 Turnhalle für Damen
	zusammen mit Aktive Herren 2