

Trainingsplan 2024

Januar

Farblegende:

DR	TV	TV,DR	Anlass
----	----	-------	--------

Datum:	Hauptteil:	Leiter:	Hilfsleiter:	Einwärmen:	Schluss:	Spezielles:	Wer:
02.01.2024	kein Training						DR
03.01.2024	Spielstund	Oli					TV
05.01.2024	Fit ins 2024	Oli		Acki			TV
06.01.2024	Tafeln stellen	Marc				8.00 Uhr	Anlass
09.01.2024	Korbballrunde	Oli					Anlass
09.01.2024	Fit ins 2024	Sonja				Verabschiedung Betti, Anita, Julia	DR
10.01.2024	Laufschule, Weit,SH	Oli	Mättä, Gertsch	Rolf	Gertsch		TV
12.01.2024	GV TV	Vorstand					Anlass
16.01.2024	GV DR	Vorstand					Anlass
17.01.2024	Spielstund	Ivo					TV
19.01.2024	Hoch, Wurf, SH	Oli	Gertsch, Simi	Alya	Gertsch		TV,DR
23.01.2024	SSB	Sonja	Nadja, Elena				DR
24.01.2024	Sprung, Fitness	Oli	Cornel, Oli	Bruni	Cornel		TV
26.01.2024	FTK,Wurf	Oli	Cornel, Simi	Fabio	Oli		TV,DR
27.01.2024	Zelt stellen Gaudiloch	Fabio				13.00-ca. 17.00 Uhr	Anlass
30.01.2024	Einrichten Gaudiloch	Fabio				ab. 18.00 Uhr	Anlass
31.01.2024	Einrichten Gaudiloch	Fabio				ab. 18.00 Uhr	Anlass

Trainingsplan 2024

Februar

Farblegende:

DR	TV	TV,DR	Anlass
----	----	-------	--------

Datum:	Hauptteil:	Leiter:	Hilfsleiter:	Einwärmen:	Schluss:	Spezielles:	Wer:
01.02.2024	Einrichten Gaudiloch	Fabio					Anlass
02.02.2024	ü30	Bruni					Anlass
03.02.2024	Gaudiloch	Bruni					Anlass
04.02.2024	Aufräumen Gaudi	Fabio				ab 9.00 Uhr	Anlass
06.02.2024	SSB	Sonja	Nadja, Elena				DR
07.02.2024	Hoch, Speer,SH	Oli	Mättä, Simi	Marc	Marc		TV
09.02.2024	Gym, Barre, Airtrack	Oli	Sonja, Karo, Oli, Tom	Frischi	Tom		TV,DR
13.02.2024	Gym,SSB,	Sonja	Nadja, Sonja, Karo, Elena				DR
14.02.2024	Spielstund	Gertsch					TV
14.02.2024	SSB	Sonja	Nadja, Elena			Bühne, Zusatztraining	DR
16.02.2024	Weit, SH	Oli	Gertsch, Schum	Fritschi	Gertsch	Korbballrunde	TV,DR
20.02.2024	Gym,SSB,	Sonja	Sonja, Karo, Nadja, Elena				DR
21.02.2024	Laufschule, Kugel, SH	Oli	Mättä, Simi	Reto	Mättä		TV
23.02.2024	Hallen LMM	Oli				Alterswilen, ab 19.00 Uhr	Anlass
24.02.2024	Korbballrunde	Oli					Anlass
27.02.2024	SSB	Sonja	Nadja, Elena				DR
28.02.2024	Spielstund	Mättä					TV

Trainingsplan 2024

März

Farblegende:

DR	TV	TV,DR	Anlass
----	----	-------	--------

Datum:	Hauptteil:	Leiter:	Hilfsleiter:	Einwärmen:	Schluss:	Spezielles:	Wer:
01.03.2024	Weit, FTK, SH	Oli	Gertsch, Cornel	Hampi	Cornel		TV,DR
02-03.03.2024	Skiweekend	Frischi				Obersaxen	Anlass
05.03.2024	SSB	Sonja	Nadja, Elena				DR
06.03.2024	Sprung, Speer, SH	Oli	Tom, Simi	Messmer	Oli		TV
08.03.2024	Gym, Sprint, Weit, SH	Oli	Sonja, Karo, Mättä, Gertsch	Alya	Gertsch		TV,DR
12.03.2024	Gym,SSB	Sonja	Nadja, Elena, Sonja, Karo				Dr
13.03.2024	Spielstund	Cornel					TV
15.03.2024	Kugel, Hoch, SH	Oli	Oli, Mättä	Tim	Marc		TV,DR
16-17.03.2024	Trainingsweekend DR	Sonja				Widnau	Anlass
19.03.2024	SSB	Sonja	Nadja, Elena				DR
20.03.2024	Barren, Sprint	Oli	Oli, Mättä	Nici	Mättä		TV
22.03.2024	Raiffeisen servieren	Mättä					TV
26.03.2024	SSB,Gym	Sonja	Nadja, Sonja, Karo, Elena				DR
27.03.2024	Spielstund	Marc					TV
27.03.2024	SSB	Sonja	Nadja, Elena			Bühne, Zusatztraining	DR
29-31.03.2024	Trainingslager TV	Marc				Innsbruck	Anlass

Trainingsplan 2024

April

Farblegende:

DR	TV	TV,DR	Anlass
----	----	-------	--------

Datum:	Hauptteil:	Leiter:	Hilfsleiter:	Einwärmen:	Schluss:	Spezielles:	Wer:
02.04.2024	SSB,Gym	Sonja	Nadja, Elena, Sonja, Karo				DR
03.04.2024	Speer, Hoch, SH	Oli	Simi, Mättä	Mättä	Oli		TV
05.04.2024	FTK, Weit, SH	Oli	Cornel, Gertsch	Nati	Sonja		TV,DR
06.04.2024	Trainingstag Gym, GTR	Sonja					Anlass
09.04.2024	Gym, SSB, FTK	Sonja	Sonja, Karo, Nadja, Elena, Cornel				TV,DR
10.04.2024	Spielstund	Gertsch					TV
12.04.2024	Laufschule, indi	Oli	Mättä	Timon	Marc		TV,DR
16.04.2024	SSB	Sonja	Nadja, Elena				DR
17.04.2024	SSB	Sonja	Nadja, Elena			Bühne, Zusatztraining	DR
17.04.2024	Weit,HG, indi	Oli	Gertsch, Marc	Schum	Gertsch		TV
19.04.2024	Gym, Hoch, indi	Oli	Sonja, Karo, Mättä	Alya	Oli		TV,DR
23.04.2024	Gym,SSB, FTK	Sonja	Sonja, Karo, Nadja, Elena, Cornel				TV,DR
24.04.2024	FTK, Weit, indi	Oli	Cornel, Gertsch	Ivo	Cornel		TV
26.04.2024	QV, Spiel	Mättä	Oli				Anlass
26.04.2024	TVR-Cup	Sonja	Nadja, Elena			Roggwil	Anlass
27.04.2024	Faustballturnier	Marc				Güttingen	Anlass
30.04.2024	SSB	Sonja	Nadja, Elena				DR

Trainingsplan 2024

Mai

Farblegende:

DR	TV	TV,DR	Anlass
----	----	-------	--------

Datum:	Hauptteil:	Leiter:	Hilfsleiter:	Einwärmen:	Schluss:	Spezielles:	Wer:
01.05.2024	Jugitag	Tom	Janine				Anlass
03.05.2024	Gym, Hoch, indi	Oli	Sonja, Karo, Mättä	Tom	Sonja		TV,DR
07.05.2024	Gym, SSB	Sonja	Nadja, Elena, Sonja, Karo				DR
08.05.2024	Spielstund	Oli					TV
10.05.2024	SSB	Sonja	Nadja, Elena			Bühne, Zusatztrainings	DR
10.05.2024	Sprint, indi	Oli	Mättä	Alya	Marc		TV,DR
14.05.2024	SSB	Sonja	Nadja, Elena				DR
15.05.2024	Kugel, FTK, indi	Oli	Simi, Cornel	Nico	Cornel		TV
17.05.2024	Gym, indi	Oli	Sonja, Karo	Oli	Sonja		TV,DR
18.05.2024	Leuenbercup	Sonja	Nadja			Zuzwil	Anlass
21.05.2024	SSB, Gym, indi	Sonja	Nadja,Elena, Sonja, Karo				TV,DR
22.05.2024	indi	Oli		Sämi	Oli		TV,DR
24.05.2024	Gym,indi	Oli	Sonja, Karo	Acki	Sonja		TV,DR
25.05.2024	TGM	Oli, Sonja				Eschlikon	Anlass
28.05.2024	SSB, indi	Sonja	Nadja, Elena				DR
29.05.2024	Spielstund	Rolf					TV
31.05.2024	indi	Oli		Alya	Gertsch		TV,DR

Trainingsplan 2024

Juni

Farblegende:

DR	TV	TV,DR	Anlass
----	----	-------	--------

Datum:	Hauptteil:	Leiter:	Hilfsleiter:	Einwärmen:	Schluss:	Spezielles:	Wer:
04.06.2024	SSB,Gym, FTK	Sonja	Nadja, Elena, Sonja, Karo				TV,DR
05.06.2024	indi	Oli		Bruni			TV
07.-09.06.2024	Seeländisches Turnfest	Oli				Kallnach	Anlass
11.06.2024	SSB, indi	Sonja	Nadja, Elena				DR
12.06.2024	indi	Oli		Föbi	Marc		TV,DR
14.06.2024	Gym, indi	Oli	Sonja, Karo	Marc	Sonja		TV,DR
18.06.2024	Gym, SSB, indi	Sonja	Sonja, Karo, Nadja, Elena				TV,DR
19.06.2024	indi	Oli		Frischi	Oli		TV,DR
21.06.2024	indi	Oli		Hampi	Alya		TV,DR
22-23.06.2024	Einzel TKT	Oli				Arbon	Anlass
25.06.2024	SSB, FTK	Sonja	Nadja, Elena, Marc				TV,DR
26.06.2024	indi	Oli		Tim	Mättä		TV,DR
28.06.2024	Gym, indi	Oli	Sonja, Karo	Mättä	Alya		TV,DR
29.-30.06.2024	TKT	Oli, Sonja				Arbon	Anlass

Trainingsplan 2024

Juli

Farblegende:

DR	TV	TV,DR	Anlass
----	----	-------	--------

Datum:	Hauptteil:	Leiter:	Hilfsleiter:	Einwärmen:	Schluss:	Spezielles:	Wer:
02.07.2024							DR
03.07.2024	Spielstund	Ivo					TV
05.07.2024	Grillabend	???					Anlass
09.07.2024							DR
10.07.2024							TV
12.07.2024							TV
16.07.2024							DR
17.07.2024							TV
19.07.2024							TV
20.07.2024	Hammerball SM					Kesswil	Anlass
23.07.2024							DR
24.07.2024							TV
26.07.2024							TV
30.07.2024							DR
31.07.2024							Tv