

Trainingszeiten

In der Regel trainieren wir zu folgenden Zeiten:



		Treffpunkt (Ort und Zeit) je nach Trainingsstrecke	
Nordic Walking Gruppe (Männer und Frauen)	Montag		
Gerätekombination (Frauen)	Montag	20.00-22.00 Uhr	Letten
Ziischtigstraining (Männer und Frauen)	Dienstag	20.00-22.00 Uhr	Ammannsmatt
Fit und Fun (Frauen)	Mittwoch	20.00-22.00 Uhr	Ammannsmatt
Gymnastik Kleinfeld (Männer und Frauen)	Mittwoch	20.00-22.00 Uhr	Ammannsmatt
Männerriege	Donnerstag	20.00-22.00 Uhr	Ammannsmatt
Schulstufenbarren (Frauen)	Donnerstag	20.00-22.00 Uhr	Ammannsmatt
Gymnastik Bühne (Frauen)	Freitag	20.00-22.00 Uhr	Ammannsmatt
Sprung (Männer)	Freitag	20.00-22.00 Uhr	Ammannsmatt
Allgemeines Geräteturnen (Männer und Frauen)	Sonntag	16.00-18.00 Uhr	Ammannsmatt

Die genaue Datenplanung findet ihr im Trainingsplan!