

TRAININGSANGEBOT TSVF



Übergangslösung während der Zäglisanierung bis März 2018

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
FRAUENKAPPELEN	16.30 - 17.30 Uhr * Kinderturnen *(8) Mädchen und Knaben 5 - 7 jährig <i>alleine ins Turnen mit Spiel, Spass und Musik</i> * Oktober bis Sommerferien	18.00 - 19.00 Uhr Jugendturnen Knaben Unterstufe ab 1. Klasse *(4) <i>Sportliche Erlebnisse in der Gruppe (Donnerstag in Ober- bottigen)</i>	19.00 - 20.30 Uhr Leichtathletik Mittelstrecken Knaben und Mäd- chen ab 5. Klasse + Aktive <i>schnell, schneller, am schnellsten ... intensives und ab- wechslungsreiches Training</i>	18.00 - 19.00 Uhr Jugendturnen Mädchen Unterstufe ab 1. Klasse *(4) <i>Sportliche Erlebnisse in der Gruppe</i>	17.30 - 18.30 Uhr * Aktiv 50+ ab 45 Jahren <i>Sport nach Mass mit Mass! Fitnessstraining für Damen und Herren, angepasst an der indi- viduellen körperlichen Verfassung</i> * Oktober bis April <i>(Turnhalle Oberbottigen)</i>
	17.45 - 19.00/19.45 Uhr J+S GETU *(6) Mädchen und Knaben ab Schuleintritt <i>Vorbereitung auf GE- TU-Wettkämpfe</i>	19.00- 20.30 Uhr J+S Leichtathletik Mädchen, Knaben ab 5. Klasse + Aktive <i>Höher, schneller, weiter. Wettkampfsorientiertes Training mit Fun.</i>		19.00 - 20.00 Uhr Jugendturnen Oberstufe gemischt ab 6. Klasse *(5) <i>Polysportiv: Spiele, Aus- dauer, Leichtathletik</i>	
	19.00 - 21.00 Uhr Läufergruppe *(7) ab 8. Klasse <i>Faul war gestern. Ab- wechslungsreiches Lauf- training in verschiedenen Leistungsgruppen.</i>	<i>(Mittwoch, Turnhalle Allenlüften, 18.30 - 20.00 Uhr)</i>	20.15 - 21.45 Uhr Dance *(1) ab 13 jährig <i>Tanzen ist träumen mit den Beinen. Hip-Hop, Zumba, Modern Dance</i>	20.15 - 21.45 Uhr Korbball *(2) ab 8. Klasse <i>Korbballtraining, Korbballmeisterschaf- ten, Cup,.... Technik und Taktik.</i>	20.15 - 21.45 Uhr Fit und Fun *(3) ab 8. Klasse <i>Das Programm für alle! Polysportives Training, Spass, Ehrgeiz und Wo- chenendauftakt.</i>
Okt. 2018 - März 2019: Muki-Turnen ab 2 ½ jährig gem. spez. Einladung / spielend Turnen mit Mami/Papi					
OBERBOTTIGEN	<ul style="list-style-type: none"> * (1) alte Turnhalle Brünnen, Mittwoch, 20.00 - 21.30 Uhr * (2) Turnhalle Vogelbuch, Donnerstag, 20w.15 - 21.45 Uhr * (3) Turnhalle Oberbottigen, Freitag, 20.15 - 21.45 Uhr * (4) Turnhalle Oberbottigen, Dienstag, 18.00 - 19.00 Uhr * (5) Turnhalle Oberbottigen, Freitag 18.30 - 19.30 Uhr * (6) Turnhalle Oberbottigen, Montag 17.30 - 19.00 Uhr * (7) Treffpunkt, Kirchgemeindestube Frauenkappelen * (8) Turnen startet ab März - Juli 2018 			18.00 - 19.00 Uhr Jugendturnen Mädchen Unterstufe ab 1. Klasse <i>Sportliche Erlebnisse in der Gruppe</i>	
				19.00 - 20.00 Uhr Jugendturnen Knaben Unterstufe ab 1. Klasse <i>Sportliche Erlebnisse in der Gruppe</i>	18.30 - 19.30 Uhr Jugendturnen Oberstufe gemischt ab 6. Klasse <i>Polysportiv: Spiele, Aus- dauer, Leichtathletik</i>