

KU-TU- UND GERÄTE-RIEGE STV DOTTIKON

Trainingsplan : 4. Januar 2012 bis 17. März 2012

Ziele: * Grundlagen: Heimtraining, Kraft, Beweglichkeit, Spannung "Erfolgskontrolle"
 * Übungselemente bis Ende Januar * halbe Übungen bis Ende Februar * ganze Übungen im März

Datum	Tag	Boden	Pferd	Ringe	Sprung	Barren	Reck	Tramp.	Grundschule	Einl./Chef	Bem./Leiter	
02.01.12	Mo	kein Training										
04.01.12	Mi	X	X	X						Edi		
06.01.12	Fr				X	X	X			Susanna		
07.01.12	Sa	Riegezusammenkunft ATZ									Alle	
09.01.12	Mo								X	Philipp K.	Edi	
11.01.12	Mi	X	X	X						Philipp B.	Daniel abw.	
13.01.12	Fr				X	X	X			Edi	Conny	
14.01.12	Sa	13./14.01. Häagl. Turnerabend: Stule,Susi,Thomi abw.										
16.01.12	Mo								X	Thomas	Edi	
18.01.12	Mi	Elternabend mit Leiter+Turner 18.30 bis 20.00 Uhr									Edi	
20.01.12	Fr	X	X	X						Susanna		
21.01.12	Sa											
23.01.12	Mo									Philipp K.	Daniel	
25.01.12	Mi	X	X	X					X	Edi		
27.01.12	Fr				X	X	X			Thomas	Conny	
28.01.12	Sa	ATZ Niederlenz									Edi	
30.01.12	Mo								X		28.01.-4.02.	
01.02.12	Mi	Hallenreinigung Risi: kein Training										Susi+Thomi
03.02.12	Fr	*Heimtraining*										Ferien
04.02.12	Sa	(Skiferien)										
06.02.12	Mo								X	Philipp K.	Daniel	
08.02.12	Mi	X	X	X						Philipp B.	4.-11.2.	
10.02.12	Fr				X	X	X			Thomas	Edi+Stule	
11.02.12	Sa											Ferien
13.02.12	Mo								X	Thomas	Edi	
15.02.12	Mi				X	X	X			Edi		
17.02.12	Fr	X	X	X						Susanna	Conny	
18.02.12	Sa	Riegezusammenkunft ATZ									Alle	
20.02.12	Mo								X	Philipp K.	Daniel	
22.02.12	Mi	X	X	X						Rainer		
24.02.12	Fr				X	X	X			Thomas	Conny	
25.02.12	Sa											
27.02.12	Mo	Di 28. Feb. 19.30h OK-Sitzung AG Mannschaftscup								X	Thomas	Edi
29.02.12	Mi				X	X	X			Philipp B.		
02.03.12	Fr	X	X	X						Susanna	Conny	
03.03.12	Sa	ATZ Niederlenz 3.März 19h Leiter- und Helferessen									Martin	
05.03.12	Mo								X	Philipp K.	Daniel	
07.03.12	Mi	X	X	X						Edi		
09.03.12	Fr				X	X	X			Thomas		
10.03.12	Sa											
12.03.12	Mo								X	Thomas	Edi	
14.03.12	Mi				X	X	X			Philipp B.		
16.03.12	Fr	X	X	X						Susanna	Conny	
17.03.12	Sa	ATZ Niederlenz									Edi	

Leiter-Einsatzplan

Mo	Ku-Tu	EP+P1+P2: Philipp Kuhn , Daniel Kuhn / Thomas Schmid , Edi
Mi	Ku-Tu	EP: Edi , Rainer P1: Philipp Baur
Fr	Ku-Tu	EP: Susanna /Conny P1: Martin P2: Thomas
Sa	Ku-Tu	P1+P2: Edi / Martin Aushilfe: Manuel Stadelmann

Entschuldigungen bitte an Edi Kuhn : P 056 491 23 80 / N 079 372 51 72 / G 056 200 22 22

20.12.2011

Trainingszeiten: Montag: 17.45-19.00h Mittwoch: 17.45-20.00h / Freitag: 17.45-20.00h im **Risi Dottikon**
 Samstag: **ATZ Niederlenz** 13.00-15.30h **Riegezusammenkunft ATZ** 12.30-15.00 Uhr