



Wettkampfdaten 2018

Datum	Anlass
24. Februar 2018	Bremgarter Reuss Lauf (Läufer/innen)
13. März 2018	Blutspenden, Dottikon
23./24. März 2018	Trainingsweekend (alle)
17. April 2018	Leitersitzung Aktive
24. April 2018	Turnstand, Risi Dottikon (alle)
05. Mai 2018	SAM, Schnää-Schnää-Cup, Showturnen 2018, Dottikon (alle)
12. Mai 2018	Gym-Day, Grosswangen (GK, Barren, Läufe)
Offen	Lauf
Offen	Vorbereitungswettkampf FTA
25. Mai 2018	Freiämter-Cup, Sarmenstorf (GK und GYM, alle)
3. Juni 2018	GLZ Vorbereitungswettkampf, Regensdorf (GK, Barren, GYM, FTA)
16. Juni 2018	Kreisturnfest Dintikon – Einzel
22./23. Juni 2018	Kreisturnfest Dintikon – Aktive (Freitagabend und Samstag reservieren!)
24. Juni 2018	Kreisturnfest Dintikon - Schlussfeier
28. August 2018	Turnstand, Risi Dottikon (alle)

-> Bitte reserviert Euch die Daten bereits jetzt.

Trainingsplan Januar bis März 2018

Einteilung:

Trainingseinteilung bis zum Trainingsweekend

Dienstag	
Gemeinsame Begrüssung/Informationen	
20-21 Jogging-G. 21-22 Barren	Geräte- kombination
22:00 Uhr Beiz	

Freitag		
Gemeinsame Begrüssung/Informationen		
Fitness-Aufbau-/Kräftigungs- und Balancetraining (ca. 45 Min.) Gymnastik	80m- Pendelstafette	Fachtest
22:00 Uhr Beiz		

Leiterteam:

- Patricia Wietlisbach
- Gerätekombination: Rosaria Tassone, Ramona Saxer
- Barren: Stefan Sprenger
- Fachtest: Alain Strebel
- Läufe: Andi Lüthi, Sascha Meier
- Fitness-Aufbau/Gymnastik: Patrizia Nebel, Lorenz Jud, Patricia Wietlisbach

Datum	LeiterIn
Freitag, 5. Januar 2018	Leiterteam
Dienstag, 9. Januar 2018	Leiterteam
Freitag, 12. Januar 2018	Turnerabend Hägglingen (Siehe Doodle)
Dienstag, 16. Januar 2018	21-22 Barren Leiterteam
Freitag, 19. Januar 2018	Leiterteam
Dienstag, 23. Januar 2018	21-22 Barren Leiterteam



Freitag, 26. Januar 2018		Leiterteam
Dienstag, 30. Januar 2018	Turnhalle geschlossen - Klettern (Kletterhalle Lenzburg; 19:00 Risi -> Teilnahme bitte im Doodle eintragen)	Leiterteam
Freitag, 2. Februar 2018	Turnhalle geschlossen - Alternativprogramm	Leiterteam
Dienstag, 6. Februar 2018	21-22 Barren	Leiterteam
Freitag, 9. Februar 2018		Leiterteam
Dienstag, 13. Februar 2018	21-22 Barren	Leiterteam
Freitag, 16. Februar 2018		Leiterteam
Dienstag, 20. Februar 2018	21-22 Barren	Leiterteam
Freitag, 23. Februar 2018		Leiterteam
Samstag, 24. Februar 2018	Bremgarter-Lauf	Läufer/innen
Dienstag, 27. Februar 2018	Training für alle (Dienstag und Freitagsgruppen) 20-21 Barren	Leiterteam
Freitag, 2. März 2018	Ab 19:00 Generalversammlung	Leiterteam
Dienstag, 6. März 2018	21-22 Barren	Leiterteam
Freitag, 9. März 2018		Leiterteam
Dienstag, 13. März 2018	21-22 Barren	Leiterteam
Freitag, 16. März 2018		Leiterteam
Dienstag, 20. März 2018	Training für alle (Dienstag und Freitagsgruppen) 20-21 Barren	Leiterteam
Freitag, 23. März 2018	Start: 18:45 Trainingsweekend	alle
Samstag, 24. März 2018		
Dienstag, 27. März 2018	Training für alle (Dienstag und Freitagsgruppen) 20-21 Barren	Leiterteam
Freitag, 30. März 2018	Karfreitag – kein Training	Leiterteam

- ➔ **Ab dem 01.04.2018 bis zum Turnfest folgt ein neuer Trainingsplan. Bei Feiertagen und Wettkämpfen der selben Woche, werden die Trainings vom Freitag auf den Dienstag bzw. umgekehrt verschoben. Die Reihenfolge der Disziplinen wird zu Beginn der Lektion kommuniziert.**
- ➔ **Wenn das Training nicht besucht werden kann, bitte sich bis 18:00 Uhr persönlich bei der Disziplinenleitung abmelden, Merci**