

## Trainingsplan Herbst 2022

| Datum                         | Uhrzeit     | Treffpunkt              | Sportart                   | Hauptleiter/in | Bemerkung  |
|-------------------------------|-------------|-------------------------|----------------------------|----------------|--|
| Montag, 3. Oktober 2022       | 18.00       | Turnhalle Plasselb      | Geschicklichkeit           | Sven           |  |
| Donnerstag, 6. Oktober 2022   | 18.00       | Turnhalle Plasselb      |                            | Sigi           |  |
| Samstag, 8. Oktober 2022      | 13.30       | Tafers                  | Sensler OL-Cup             | Sigi           |  |
| Montag, 10. Oktober 2022      | 18.00       | Turnhalle Plasselb      | Schnelligkeit              | Sven           |  |
| Montag, 17. Oktober 2022      | 18.00       | Turnhalle Plasselb      | Ausdauer                   | Celine         |  |
| Donnerstag, 20. Oktober 2022  | 18.00       | Turnhalle Plasselb      |                            | Sigi           |  |
| Montag, 24. Oktober 2022      | 18.00       | Turnhalle Plasselb      | Kraft                      | Celine         | Schnuppertraining<br>Bitte alle ein/e Kolleg/in mitnehmen                                    |
| Montag, 31. Oktober 2022      | 18.00       | Turnhalle Plasselb      | Gleichgewicht              | Sven           | Schnuppertraining<br>Bitte alle ein/e Kolleg/in mitnehmen                                    |
| Samstag, 5. November 2022     | 18.00       | Turnhalle Plasselb      | Fusslauf/Stocklauf         | Sigi           |  |
| Montag, 7. November 2022      | 18.00       | Turnhalle Plasselb      | Training nach Wahl         | Sven           |  |
| Donnerstag, 10. November 2022 | 18.00       | Turnhalle Plasselb      |                            | Sigi           |  |
| Freitag, 11. November 2022    | abends      | Im Fang Snowfarming     | Langlauf 100-M-Sprint      | Sigi           |  |
| Samstag, 12. November 2022    | nachmittags | Im Fang Snowfarming     | Spielparcours              | Sigi           |  |
| Montag, 14. November 2022     | 18.00       | Turnhalle Plasselb      | Schnelligkeit              | Celine         | Jeder nimmt eine Spielidee mit : )   |
| Donnerstag, 17. November 2022 | 18.00       | Turnhalle Plasselb      |                            | Sigi           |  |
| Montag, 21. November 2022     | 18.00       | Turnhalle Plasselb      | Ausdauer                   | Sven           |  |
| Samstag, 26. November 2022    | 9.00        | Turnhalle Plasselb      | Fusslauf/Stocklauf         | Sigi           |  |
| Montag, 28. November 2022     | 18.00       | Turnhalle Plasselb      | Kraft                      | Celine         |  |
| Donnerstag, 1. Dezember 2022  | 18.00       | Turnhalle Plasselb      |                            | Sigi           |  |
| Montag, 5. Dezember 2022      | 18.00       | Turnhalle Plasselb      | Gleichgewicht              | Celine         |  |
| Samstag, 10. Dezember 2022    | 9.00        | Schulhausplatz Plasselb | Langlauf Klassisch         | Sigi           |  |
| Montag, 12. Dezember 2022     | 18.00       | Turnhalle Plasselb      | Geschicklichkeit           | Sven           |  |
| MO - DO, 27.12 - 30.12.2022   | 8.30        | Schulhausplatz Plasselb | Langlauf Lager in La Fouly | Sigi / Sven    | Wir planen wieder ein Lager, da aber in La Fouly Pächterwechsel ist, ist es noch unsicher... |