

WINTERTRAINING vom 23. Oktober 2023 bis 3. April 2024

TAG	ZEIT	KATEGORIE	TRAININGSART	TRAININGSORT	TRAININGSLEITER
MONTAG	18:30 – 20:00 18:30 - 20:00 18:15 – 19:45	ab U16 Laufbegeisterte ab U18 ab U18 (nach Rücksprache mit Heinz Steinmann)	Sprint Fahrtspiel Mehrkampf	Laufkanal Stadthalle Zug Stadion Herti Turnhalle Schützenmatt	Samuel Huber Petra Schweizer Heinz Steinmann
DIENSTAG	18:15 - 19:45 20:00 - 21:30	Ab U14 ab U16	Lauf / Mittelstrecken I Fit Athletics (Circuit I)	Stadion Herti Turnhalle Riedmatt	Dave Rodriguez, Aya Noyes Patrick Bieler
MITTWOCH	18:00 - 19:30 18:00 - 19:30 19:30 - 21:00	U10 + U12 U14 Ab U16	Grundfertigkeiten LA Grundfertigkeiten LA Grundfertigkeiten LA	Turnhalle Riedmatt Turnhalle Kantonsschule Turnhalle Kantonsschule	Nina Kehrli, Carmen Isenegger, Nadja Kehrli, Alisa Fomenko Simeon Urs, Bruno Aeberhard, Aline Horber
DONNERSTAG	18:00 - 19:45 20:00 – 21:45	ab U16 ab U16	Sprint Fit Athletics (Circuit II)	Stadion Herti Turnhalle Schützenmatt	Urs Affentranger Urs Affentranger
FREITAG	18:00 - 19:30 18:00 - 19:30 19:15 – 20:45	U10 + U12 U14 ab U16	Grundfertigkeiten LA Grundfertigkeiten LA Sprung	Turnhalle Kirchmatt Nord Turnhalle Kirchmatt Süd Turnhalle Guthirt	Lara Kolb, Vania Abt, Anna Bedding Nadja Kehrli Andras Winkler
SAMSTAG	10:30 – 12:00	Ab U14	Lauf / Mittelstrecken II	Stadion Herti	Dave Rodriguez

Kategorien: U10 = Jg 15/16 U12 = Jg 13/14 U14 = Jg 11/12 U16 = Jg 09/10 U18 = Jg 07/08 U20 = Jg 05/06 U23 = Jg 02/03/04 Aktive = Jg 01

VERANTWORTLICHE, BEI FRAGEN, ANREGUNGEN UND ABMELDUNGEN BEI FOLGENDEN TRAININGSLEITER/INNEN:

URS SIMEON U20 und Aktive	076 441 59 79	urs.simeon@datazug.ch	PETRA SCHWEIZER ANDRAS WINKLER NINA KEHRLI LARA KOLB VANIA ABT DAVE RODRIGUEZ HEINZ STEINMANN SAMUEL HUBER URS AFFENTRANGER ALINE HORBER URS SIMEON BRUNO AEBERHARD CARMEN ISENEGGER AYA NOYES ANNA BEDDING PATRICK BIELER ALISA FOMENKO	079 660 93 33 077 987 15 09 076 413 75 38 077 472 07 15 079 367 8189 079 437 49 87 079 298 29 63 079 293 08 38 079 283 26 17 078 760 11 92 076 441 59 79 079 249 24 82 079 670 52 89 078 226 91 60 079 904 98 26 079 404 37 65 078 870 45 57	petra.schweizer@gmx.ch andras.winkler72@gmail.com nina.kehrli@bluewin.ch larakolb@bluewin.ch st.abt@bluewin.ch gdr@bluewin.ch steinmann.heinz@bluewin.ch sh@starnet.ch urs.affentranger@hotmail.com alinehorber@gmx.ch urs.simeon@datazug.ch baeberhard@yahoo.com carmen.isenegger@hotmail.com noyesaya@gmail.com anna.bedding1@gmail.com patrick.bieler@gmail.com alisa.fomenko19@gmail.com
ALINE HORBER U16 & U18	078 760 11 9	alinehorber@gmx.ch			
NADJA KEHRLI U14	079 567 93 77	nadja.kehrli@bluewin.ch			
NINA KEHRLI U10 & U12	076 413 75 38	nina.kehrli@bluewin.ch			
RAPHAEL BAUMANN Technischer Leiter	077 402 17 33	raphael.baumann@datazug.ch			
ANDY IMFELD Kraftraum & J+S Coach	078 854 00 81	a.imfeld@quickline.ch			