

## WINTERTRAINING vom 21. Oktober 2024 bis 6. April 2025

TAG	ZEIT	KATEGORIE	TRAININGSART	TRAININGSORT	TRAININGSLEITER
<b>MONTAG</b>	18:40 – 20:00 18:00 – 19:30 19:00 – 21:00	ab U16 ab U16 ab U18 (nach Rücksprache mit Heinz Steinmann)	Sprint Wurf, Kraft Mehrkampf	Laufkanal Stadthalle Zug Turnhalle Schützenmatt Turnhalle Schützenmatt	Samuel Huber Urs Simeon, Bruno Aeberhard Heinz Steinmann
<b>DIENSTAG</b>	18:15 - 19:45	Ab U14	Lauf / Mittelstrecken I	Stadion Herti	Dave Rodriguez, Selina Odermatt
<b>MITTWOCH</b>	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, Mara Wismer, Florian Staub Nadja Kehrli, Alisa Fomenko Urs Simeon, Bruno Aeberhard
<b>DONNERSTAG</b>	18:00 – 19:30 20:00 – 21:30	ab U16 ab U16	Sprint Fit Athletics (Circuit II)	Stadion Herti Turnhalle Schützenmatt	Pascal Bitterli Raphael Baumann
<b>FREITAG</b>	18:00 - 19:30 18:00 - 19:30 19:15 – 20:45	U12 U14 ab U16	Grundfertigkeiten LA Grundfertigkeiten LA Sprung	Turnhalle Kirchmatt Nord Turnhalle Kirchmatt Süd Turnhalle Guthirt	Vania Abt, Anna Bedding, Valeria Cioffi Alisa Fomenko, Lara Kolb Andras Winkler
<b>SAMSTAG</b>	10:15–11:45	Ab U14	Lauf / Mittelstrecken II	Stadion Herti	Dave Rodriguez

**Kategorien:** U10 = Jg 17/16 U12 = Jg 15/14 U14 = Jg 13/12 U16 = Jg 11/10 U18 = Jg 09/08 U20 = Jg 07/06 U23 = Jg 03/04/ 05 Aktive = Jg 02

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

URS SIMEON U20 und Aktive	076 441 59 79	urs.simeon@datazug.ch	ANDRAS WINKLER NINA KEHRLI LARA KOLB VANIA ABT DAVE RODRIGUEZ HEINZ STEINMANN SAMUEL HUBER ALINE HORBER URS SIMEON BRUNO AEBERHARD CARMEN ISENEGGER ANNA BEDDING ALISA FOMENKO FLORIAN STAUB SELINA ODERMATT PASCAL BITTERLI	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 38 078 760 11 92 076 441 59 79 079 249 24 82 079 670 52 89 079 904 08 26 078 870 45 57 077 494 00 61 079 127 86 29 079 408 79 16	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 alinehorber@gmx.ch urs.simeon@datazug.ch baeberhard@yahoo.com carmen.isenegger@hotmail.com anna.bedding1@gmail.com alisa.fomenko19@gmail.com florian.staub@zugformation.ch odermatt.selina1@gmx.ch pascal.bitterli@gmail.com
BRUNO AEBERHARD U16 & U18	079 249 24 82	baeberhard@yahoo.com			
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			