

# Trainingsplan Damenturnverein Einsiedeln

August 2017 - Dezember 2017

Datum	Thema	Spezial Training	Gaststätte
<b>August</b>			
17. Aug	Kennenlernen/kleine Spiele		3 Könige
24. Aug	LA - Draussen		Bären by Schefer
31. Aug	Line-Dance		Wachsliecht
<b>September</b>			
7. Sep	Jonglieren / Gleichgewicht		Langrütigärtli
14. Sep	<b>Engelweihe - Kein Training</b>		
21. Sep	FTA		Klostergarten
28. Sep	Fussball	<i>Chränzliprobe</i>	Rest. Fontanella
<b>Oktober</b>			
5. Okt	Vollmond-Wanderung	<i>Chränzliprobe</i>	Rest. Sihlsee
12. Okt	Klettergarten / Kraft	<i>Chränzliprobe</i>	Einsiedlerstübli
19. Okt	Volleyball	<i>Chränzliprobe</i>	3 Könige
26. Okt	Pilates	<i>Chränzliprobe</i>	Bären by Schefer
<b>November</b>			
2. Nov	spielerische Ausdauer	<i>Chränzliprobe</i>	Wachsliecht
9. Nov	<b>Hauptprobe Chränzli - Kein Training</b>		
16. Nov	Bodyfit		Langrütigärtli
23. Nov	Ringturnen		Klostergarten
30. Nov	Handball		Rest. Fontanella
<b>Dezember</b>			
7. Dez	Klausolympiade		Rest. Sihlsee
14. Dez	Koordination / Kraft		Einsiedlerstübli
21. Dez	Sie & Er Turnen		noch offen