

**TV UETENDORF
TRAININGSPROGRAMM**

November 2019

20:00 bis 21:45

Wochentag	Fr	Di	Fr	Di	Fr	Di	Fr	Di	Fr	Zuständigkeit LeiterInnen (Disziplinverantwortliche)	
Datum	01	05	08	12	15	19	22	26	29		
Einlaufen (2000-2010h)	RM	MR		EB		DR	DU	SK	NC	MR Mühlemann Reto	
Tabata (Quadjumps usw. vor Hauptlektion)		x	x	x			x	x		SK Stefan Käser	
Hallenlauf 3min		x	x	x			x	x		KE Kevin Eggen	
Lektion jeweils bis 21:15 Uhr										RM Roger Marti	
Wettkampfgruppe:	S p i e l a b e n d									NC Ninos Chamoun	
Sprungschule						DR				SC Christian Schiffmann	
Reaktion / Sprintstarts								SK		DR Daniel Rohrer	
Unihockeytraining			MR		EB					HB Hans Bähler	
										UB Ursula Beck	
										FN Franz Nussbaum	
										PB Peter Bähler	
										MA Marcel Affolter	
Alle:											PC Pascal Christinat
FTA 2020								DU			DU Urs Durtschi
Winterfit Hindernissparcours Woche 2			JH							JH Jolanda Hell	
Fitnessgruppe:										EB Erich Beyeler	
Winterfit Circuit Woche 2						UB				CR Céline Rohrer	
Winterfit Korb- / Basketball Lektion 1											
Circiut mit Krafraum		MA		FN							
Voleytraining								HB			
Spielen (ab ca. 21:15 Uhr)		MR	JH	EB		DR	DU	SK			

Trainingsschwerpunkt:
Grundlagen

Spezielles:
 7.11./13.11./19.11. TBO Unihockey, Interlaken
 15.11. TT - Dart, Dartclub Uetendorf
 23.11. DV TBO, Uetendorf
 27.11. DV Westamt

HINWEISE: