

November 2012

Monatsthema: Unihockeyturnier / Konditionstest

<i>Datum</i>	<i>Tag</i>	<i>Tätigkeit</i>	<i>Besonderes</i>	<i>Treffpunkt</i>	<i>Leiter</i>
02. November 12	Freitag	Kraft und Kondition		20:00 Uhr Raft	Christian Amstutz
06. November 12	Dienstag	Training Konditionstest		20:00 Uhr Raft	Andreas Märki
07. November 12	Mittwoch	Unihockeyturnier TBO	kein Appell (evtl. Einsatz)	separates Aufgebot	Andreas Märki
09. November 12	Freitag	Kondition / Spiele		20:00 Uhr Raft	Christian Amstutz
13. November 12	Dienstag	Solbad		19:00 Uhr Solbad	Jonas Stähli
15. November 12	Donnerstag	Unihockeyturnier TBO	kein Appell (evtl. Einsatz)	separates Aufgebot	Andreas Märki
16. November 12	Freitag	Konditionstest JM		20:00 Uhr Raft	Christian Amstutz
20. November 12	Dienstag	Konditionstest JM		20:00 Uhr Raft	Alexander Tschanz
21. November 12	Mittwoch	Unihockeyturnier TBO	kein Appell (evtl. Einsatz)	separates Aufgebot	Andreas Märki
23. November 12	Freitag	Sprinttechnik		20:00 Uhr Raft	Andreas Märki
27. November 12	Dienstag	Bodypump		20:00 Uhr Raft	Thomas Märki
30. November 12	Freitag	Ausdauer und Sprint		20:00 Uhr Raft	Remo Kämpf

- auf jeden Fall Aussenschuhe und warme Kleider mitnehmen
- Solbad: Kosten Eintritt Fr. 15.00 (ohne Sauna)
- Verantwortlichkeiten: [Skirennen: Andreas M.]; [Eishockey MäTu: Roland (Rüge) T.]; [Turnfest: Christian Amstutz.]; [Turnerhilbi: David W.]; [Jahresmeisterschaft: Alexander T.]; [Unihockeymeisterschaft: Roland (Rüge) T.]

Wir wollen mittelfristig 27.0 Punkte an den Turnfesten erreichen!!