



Programm August-Dezember 2013

	Datum	Programm (Trainingsschwerpunkt)	Leiterin
Mo	12.08.	Z'ABC vom Volleyball	Kathrin
Mo	19.08.	Angriffsvarianten	Monika
Mo	26.08.	Volleycircuit – letzter Montag im Monat	Kathrin
Mo	02.09	Service	Monika
Mo	09.09.	Manschette und Verteidigung	Kathrin
Mo	16.09.	Sprungkraft, Block	Monika
Herbstferien			
Mo	14.10.	Pass und oberes Zuspiel	Kathrin
Mo	21.10.	Systemtraining	Monika
Mo	28.10.	Vorbereitung Meiringen – letzter Montag im Monat	Kathrin
So	03.11.	Hobbyturnier in Meiringen	
Mo	04.11.	evt. Trainingsmatch in Sigriswil	
Sa	09.11.	Racletteabend	
Mo	11.11	3er Position	Monika
Mo	18.11.	Reaktion und Geschicklichkeit	Kathrin
Mo	25.11.	Schnelligkeit auf dem Spielfeld – letzter Montag im Monat	Monika
Mo	02.12.	Aussenangriff	Kathrin
Do	05.12.	Vereinsversammlung	
Mo	09.12.	Match gegen/mit Männer – 19:30 Uhr	Kathrin/Monika
Mo	16.12.	Weihnachtsüberraschung	Kathrin/Monika
Sa	28.12.	Hauptversammlung gemäss Einladung	

Start im neuen Jahr: 6. Januar 2014

Wir freuen uns auf die zweite Jahreshälfte mit euch!

Kathrin und Monika