



Volley TV Sigriswil

**Programm Januar – Juli 2015**



Tag	Datum	Programm	Leiterin
Mo	05.01.15	ABC vom Volley	Monika
Mo	12.01.15	Systemtraining (Verteidigen von Aussenangriff rechts/links)	Monika
Fr	<b>16.01.15</b>	<b>Trainingsmatch gegen aktive Herren, 20:00 Uhr Raft Sigriswil</b>	<b>Monika</b>
Mo	19.01.15	3er Position und Mitteangriff	Monika
Di	<b>27.01.15</b>	<b>Match Ringgenberg vs TV Sigriswil, 20:00 Uhr Ringgenberg</b>	<b>Monika</b>
Mo	02.02.15	Service	Monika
<b>Sportferien</b>			
Mo	16.02.15	Block und Sprungkraft im Volleyball	Monika
Mo	23.02.15	Pass und oberes Zuspiel	Monika
Mo	<b>02.03.15</b>	<b>Match Meiringen vs TV Sigriswil, 20:30 Uhr Meiringen</b>	<b>Monika</b>
Mo	09.03.15	Einschätzen von Distanzen und Flugbahnen	Monika
Mi	<b>11.03.15</b>	<b>Match TV Sigriswil vs Unterseen, 20:00 Uhr Raft Sigriswil</b>	<b>Monika</b>
Mi	<b>18.03.15</b>	<b>Match TV Sigriswil vs Allmendingen, 20:00 Uhr Raft Sigriswil</b>	<b>Monika</b>
Mo	23.03.15	Angriffsvariante Pené 1	Monika
Mo	30.03.15	Finte - richtig gespielt	Monika
<b>Frühlingsferien</b>			
Mo	20.04.15	Reaktion und Geschicklichkeit - Vorbereitung Guttannen	Monika
So	<b>26.04.15</b>	<b>Volleyturnier Guttannen</b>	<b>Monika</b>
Mo	27.04.15	Aussenangriff	Monika
Sa	<b>02.05.15</b>	<b>Dr gleitigscht Sigriswiler</b>	
So	<b>03.05.15</b>	<b>Fussball Plauschturnier</b>	
Mo	04.05.15	Schnelligkeit auf dem Spielfeld	Monika
Mo	11.05.15	Systemtraining (Verteidigung von Mitteangriff)	Monika
Mo	18.05.15	Manschette - richtig gespielt	Monika
Mo	01.06.15	3m Angriff	Monika
Mo	08.06.15	Kondition im Volleyball	Monika
Mo	15.06.15	Smash-Anlauf	Monika
Mo	22.06.15	Krafttraining und Stabilisation im Volleyball	Monika
Mo	29.06.15	evtl. Beachen	Monika
Di	30.06.15	Festhütte stellen	Monika
Fr-So	<b>03. – 05.07.15</b>	<b>Turnerchilbi (Fyrabebier, Unterhaltungsabend, Buebeschwinget)</b>	
Mo	<b>06.07.15</b>	<b>Chilbimontag</b>	
<b>Sommerferien</b>			

Start in die 2. Jahreshälfte: Mo 10.08.2015

Wichtige Daten aus der zweiten Jahreshälfte:

- Herbstferien: 19.09. – 11.10.2015
- Volley-Turnier in Meiringen: 31.10 / 01.11. 2015
- Racletteabend: 07.11.2015
- Hauptversammlung: 28.12.2015

Wir freuen uns auf das nächste Volleyjahr mit euch! Die zwöi Monika's