

# **Trainingsprogramm bis April 2012**

<b>Tag</b>	<b>Datum</b>	<b>Zeit</b>	<b>Ort</b>	<b>Trainingsart</b>	<b>Leiter</b>
Mi	02. Nov	19.00	Heimisbach	Sypoba	P. Urech
Do	03. Nov	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Di	08. Nov	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Mi	09. Nov	19.00	Heimisbach	Sypoba	P. Urech
Fr	11. Nov	19.00	Sumiswald	Kondition	M. Brunner
Di	15. Nov	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Mi	16. Nov	19.00	Heimisbach	Sypoba	P. Urech
Do	17. Nov	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Di	22. Nov	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Mi	23. Nov	19.00	Heimisbach	Sypoba	P. Urech
Fr	25. Nov	19.00	Sumiswald	Kondition	M. Brunner
Di	29. Nov	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Mi	30. Nov	19.00	Heimisbach	Sypoba	P. Urech
Do	01. Dez	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Di	06. Dez	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Mi	07. Dez	19.00	Heimisbach	Sypoba	P. Urech
Fr	09. Dez	19.00	Sumiswald	Kondition	M. Brunner
Di	13. Dez	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Mi	14. Dez	19.00	Heimisbach	Sypoba	P. Urech
Do	15. Dez	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Di	20. Dez	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Mi	21. Dez	19.00	Heimisbach	Sypoba	P. Urech
Fr	23. Dez	19.00	Sumiswald	Kondition	M. Brunner
Di	03. Jan	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Mi	04. Jan	19.00	Heimisbach	Sypoba	P. Urech
Do	05. Jan	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Fr	06. Jan	19.00	Sumiswald	Kondition	M. Brunner
Di	10. Jan	20.00	Sumiswald	Emmentalische- Übung	J. Aeschbacher
Mi	11. Jan	19.00	Heimisbach	Sypoba	P. Urech
Do	12. Jan	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Di	17. Jan	20.00	Sumiswald	Emmentalische- Übung	J. Aeschbacher
Mi	18. Jan	19.00	Heimisbach	Sypoba	P. Urech
Do	19. Jan	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Fr	20. Jan	19.00	Sumiswald	Kondition	M. Brunner
<b>Sa</b>	<b>21. Jan</b>	<b>19.30</b>	<b>Griesbach</b>	<b>Schwingerhöck</b>	<b>???</b>
Di	24. Jan	20.00	Sumiswald	Emmentalische- Übung	J. Aeschbacher
Mi	25. Jan	19.00	Heimisbach	Sypoba	P. Urech
Do	26. Jan	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Di	31. Jan	20.00	Sumiswald	Emmentalische- Übung	J. Aeschbacher
Mi	01. Feb	19.00	Heimisbach	Sypoba	P. Urech
Do	02. Feb	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Fr	03. Feb	19.00	Sumiswald	Kondition	M. Brunner
Di	07. Feb	20.00	Sumiswald	Emmentalische- Übung	J. Aeschbacher
Mi	08. Feb	19.00	Heimisbach	Sypoba	P. Urech
Do	09. Feb	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Di	14. Feb	20.00	Sumiswald	Emmentalische- Übung	J. Aeschbacher
Mi	15. Feb	19.00	Heimisbach	Sypoba	P. Urech
Do	16. Feb	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Fr	17. Feb	19.00	Sumiswald	Kondition <b>anschl. Znüni Griesbach</b>	M. Brunner

Di	21. Feb	20.00	Sumiswald	Emmentalische- Übung	J. Aeschbacher
Mi	22. Feb	19.00	Heimisbach	Sypoba	P. Urech
Do	23. Feb	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Di	28. Feb	20.00	Sumiswald	Emmentalische- Übung	J. Aeschbacher
Mi	29. Feb	19.00	Heimisbach	Sypoba	P. Urech
Do	01. März	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Fr	02. März	19.00	Sumiswald	Kondition	M. Brunner
Di	06. März	20.00	Sumiswald	Emmentalische- Übung	J. Aeschbacher
Mi	07. März	19.00	Heimisbach	Sypoba	P. Urech
Do	08. März	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Di	13. März	20.00	Sumiswald	Emmentalische- Übung	J. Aeschbacher
Mi	14. März	19.00	Heimisbach	Sypoba	P. Urech
Do	15. März	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Fr	16. März	19.00	Sumiswald	Kondition	M. Brunner
Di	20. März	20.00	Sumiswald	Emmentalische- Übung	J. Aeschbacher
Mi	21. März	19.00	Heimisbach	Sypoba	P. Urech
Do	22. März	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Di	27. März	20.00	Sumiswald	Emmentalische- Übung	J. Aeschbacher
Mi	28. März	19.00	Heimisbach	Sypoba	P. Urech
Do	29. März	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Fr	30. März	19.00	Sumiswald	Kondition	M. Brunner
Di	02. Apr	20.00	Sumiswald	Emmentalische- Übung	J. Aeschbacher
Mi	03. Apr	19.00	Heimisbach	Sypoba	P. Urech
Do	04. Apr	19.45	Sumiswald	Schulschwinger	M. Brunner
Fr	05. Apr	19.00	Sumiswald	Kondition	M. Brunner

**Anschließend empfehle ich jedem 2 Wochen Pause zu machen, weil im Mai 4 Kranzfeste sind**

*Viu Spass im Training wünscht der TL*

*Bei Fragen steht Marcel Brunner Nat. 079 231 01 10 zur Verfügung*