

# Trainingsplan Astoria Hellbühl vom 8.4.2025 bis 2.10.2025

Tag	Datum	Training	Leiter
Dienstag	08.04.2025	Spiel und Spass	Manon
Mittwoch	09.04.2025	Mixed 2	Astrid
Freitag	11.04.2025	Spiel	Döme
Dienstag	15.04.2025	Kraft	Armanda
Mittwoch	16.04.2025	Mixed 2	Yvonne
Freitag	18.04.2025	Karfreitag (Feiertag)	Kein Training
Dienstag	22.04.2025	Kondition	Remo
Mittwoch	23.04.2025	Mixed 2	Martina
Freitag	25.04.2025	Wurfkörper	Lukas
Dienstag	29.04.2025	BBP	Pädi
Mittwoch	30.04.2025	Mixed 2	Dave
Freitag	02.05.2025	Fussballkäfig (Besammlung 19:00 Uhr)	Julian
Dienstag	06.05.2025	Medizinballtraining	Tom
Mittwoch	07.05.2025	Mixed 2	Romy
Freitag	09.05.2025	Staffete	Pasci
Dienstag	13.05.2025	Gleichgewicht / Balance	Laura
Mittwoch	14.05.2025	Mixed 2	Astrid
Freitag	16.05.2025	Höher - Weiter - Schneller	Eric
Dienstag	20.05.2025	Spiel und Spass	Michi S.
Mittwoch	21.05.2025	Mixed 2	Yvonne
Freitag	23.05.2025	<b>JM - Schnelligkeit</b>	Döme
Samstag	24.05.2025	Jugi- und Meitlimeeting	Turnhalle
Dienstag	27.05.2025	<b>JM - Glück und Können</b>	Armanda
Mittwoch	28.05.2025	Mixed 2	Martina
Freitag	30.05.2025	Auffahrts-Training	Julian
Dienstag	03.06.2025	Ball	Pädi
Mittwoch	04.06.2025	Mixed 2	Dave
Freitag	06.06.2025	Bewegung im Grünen	Lukas
Dienstag	10.06.2025	Unihockey / Probe-Training	Michi S.
Mittwoch	11.06.2025	Mixed 2 / Probe-Training	Romy
Freitag	13.06.2025	Fussball / Probe-Training	Pasci
Samstag	14.06.2025	Jugi - Ausflug	
Sonntag	15.06.2025		
Dienstag	17.06.2025	Staffete / Probe-Training	Laura
Mittwoch	18.06.2025	Mixed 2 / Probe-Training	Astrid
Freitag	20.06.2025	Male-Training	Eric
Dienstag	24.06.2025	<b>JM - Leichtathletik</b>	Manon
Mittwoch	25.06.2025	Mixed 2	Yvonne
Freitag	27.06.2025	Spiel und Spass	Döme
Samstag	28.06.2025	<b>Ausflug</b>	
Sonntag	29.06.2025		
Dienstag	01.07.2025	Mittagsgüpfli (Besammlung 19:00 Uhr)	Armanda
Mittwoch	02.07.2025	Mixed 2	Martina
Freitag	04.07.2025	<b>JM - Minigolf (Besammlung 19:00 Uhr)</b>	Lukas
Dienstag	08.07.2025	Sommertraining	Manon
Dienstag	15.07.2025	Sommertraining	Döme

Dienstag	22.07.2025	Sommertraining	Armanda
Dienstag	29.07.2025	Sommertraining	Tom
Dienstag	05.08.2025	Sommertraining	Michi S.
Dienstag	12.08.2025	Sommertraining	Manon
Dienstag	19.08.2025	Zelt Aufstellen + Flyer + Spiel	Alle
Mittwoch	20.08.2025	Mixed 2	Dave
Donnerstag	21.08.2025	Grümpelturnier Aufstellen	Alle
Freitag	22.08.2025	<b>Grümpelturnier Hellbühl</b>	<b>Alle</b>
Samstag	23.08.2025		
Sonntag	24.08.2025		
Dienstag	26.08.2025	Grümpelturnier Abräumen	Alle
Mittwoch	27.08.2025	Mixed 2	Romy
Freitag	29.08.2025	Koordination	Pasci
Dienstag	02.09.2025	Kraft	Laura
Mittwoch	03.09.2025	Mixed 2	Astrid
Freitag	05.09.2025	Ausdauer	Eric
Dienstag	09.09.2025	Circuite	Tom
Mittwoch	10.09.2025	Mixed 2	ICH
Freitag	12.09.2025	Götter-Workout	Julian
Sonntag	14.09.2025	Kilbi / Gedächtnis 10:00 Uhr	Kirche / Dorfplatz
Dienstag	16.09.2025	Werfen und Zielen	Manon
Mittwoch	17.09.2025	Mixed 2	Martina
Freitag	19.09.2025	<b>JM - Überraschung</b>	Lukas
Dienstag	23.09.2025	<b>JM - Höher-Weiter-Schneller</b>	Remo
Mittwoch	24.09.2025	Mixed 2	Dave
Freitag	26.09.2025	Beweglichkeit	Döme
Dienstag	30.09.2025	Biathlon	Armanda
Mittwoch	01.10.2025	Mixed 2	Romy
Freitag	03.10.2025	Körperspannung	Pasci

**!! Es sind alle Turner & Turnerinnen jeweils Dienstag & Freitag Willkommen !!**