



Turnverein
Rüegsauschachen

Trainingsbetrieb Jugi Sommer 2008

Neue Trainingsgruppen und Trainingszeiten Frühlingsquartal 2008

Liebe Kinder, geschätzte Eltern

Beginnend nach den Frühlingsferien wird das Jugi - Trainingsangebot des TV Rüegsauschachen gemäss untenstehender Tabelle angepasst.

Hauptziel der Anpassung sind kleinere Trainingsgruppen mit geringerem Alters- und Leistungsunterschied sowie die Einbindung von Jugendlichen ausserhalb der Schulpflicht in den Freitagstrainings.

Trainingszeiten und Trainingsplan für das Quartal zwischen Frühlings- und Sommerferien 2008:

Wochentag	Zeit	Jahrgang	Trainingsinhalte, Schwerpunkte
Dienstag	18.30 bis 19.45	97 und jünger	allgem. Beweglichkeit, Koordination / Spiele Schwerpunkte: Jugendriegetage (Leichtathletik)
		92 bis 96	Leichtathletik - Grundlagentraining Spiele allgem.
Freitag	18.30 bis 19.45	98 und jünger	allgem. Beweglichkeit, Koordination / Spiele Schwerpunkte: Jugendriegetage (Leichtathletik) (Winter: Kids Cup, Unihockey)
		95 bis 97	LA - Techniktraining (Einführung in Disziplinen) Spiele (Schwerpunkt Volleyball, Korbball) (Winter: Kids Cup, Unihockey, Volleyball)
	19.50 bis 21.15	94 und älter	LA - Techniktraining (spez. Disziplinentrainings) Spiele (Schwerpunkte Korbball, Volleyball) (Winter: allgem. Grundlagentraining, Unihockey)

erstes Training: Dienstag, 22. April 2008

letztes Training: Dienstag, 1. Juli 2008

keine Jugi: Freitag, 2. Mai 2008 und Freitag, 4. Juli 2008

Bemerkung:

Die Zuteilung der Jahrgänge in die Trainingsgruppen kann in Einzelfällen (z. B. bei Fahrgemeinschaften) den Bedürfnissen angepasst werden. Besuche 1x oder 2x wöchentlich möglich.

Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme an unseren Trainings!

Mit freundlichen Grüssen

für das Leiterteam TV Rüegsauschachen

Thomas Lüdi