

# Trainingsplan Polysport Juni 2018 – Januar 2019

Donnerstag	17. Mai	19.30Uhr	Peter K.	Einwärmen, Stabi, Sportfest Disziplinen, Spiel
Donnerstag	24. Mai	19.30Uhr	Peter K.	Einwärmen, Sportfest Disziplinen, Spiel
Dienstag	29. Mai	19.30Uhr	Peter K.	Einwärmen, Sportfest Disziplinen, Spiel
Donnerstag	31. Mai	19.30Uhr		kein Training
Samstag	02. Jun	Luzerner Hinterland		Sportfest
Sonntag	03. Jun	Luzerner Hinterland		Sportfest
Donnerstag	07. Jun	19.30Uhr	Martin S.	Einwärmen, Stabi, Spielturnier
Donnerstag	14. Jun	19.30Uhr	Peter K.	TV Inwil Woche der offenen Tür
Donnerstag	21. Jun	19.30Uhr	Stefan Sch.	Einwärmen, Stabi, Stafetten, Spiel
Freitag	22. Jun			Aufstellen Eibu Games
Samstag	23. Jun			Eibu Games
Sonntag	24. Jun			Abräumen Eibu Games
Donnerstag	28. Jun	19.30Uhr	Simon S.	Einwärmen, Kraftcircuit drinnen/draussen, Spiel
Donnerstag	05. Jul	19.30Uhr	Peter K.	Sommerabschlusstraining
Donnerstag	12. Jul	19.30Uhr	kein Training	Sommerferien
Donnerstag	19. Jul	19.30Uhr	kein Training	Sommerferien
Donnerstag	26. Jul	19.30Uhr	kein Training	Sommerferien
Donnerstag	02. Aug	19.30Uhr	kein Training	Sommerferien
Donnerstag	09. Aug	19.30Uhr	kein Training	Sommerferien
Donnerstag	16. Aug	19.30Uhr	kein Training	Sommerferien
Donnerstag	23. Aug	19.30Uhr	Martin S.	Einwärmen, Stabi, Spiele draussen
Donnerstag	30. Aug	19.30Uhr	Stefan Sch.	Einwärmen, Stabi, Spiele draussen
Donnerstag	06. Sep	19.30Uhr	Thomas S.	Einwärmen, Stabi, Stafetten, Spiel
Donnerstag	13. Sep	19.30Uhr	Peter K.	Einwärmen, Stabi, Intercross, Spiel
Donnerstag	20. Sep	19.30Uhr	Martin S.	Einwärmen, Stabi, Geschick./Koordination, Spiel
Donnerstag	27. Sep	19.30Uhr	Stefan Sch.	Einwärmen, Stabi, Medizinball, Ballstafetten, Spiel
Donnerstag	04. Okt	19.30Uhr	Thomas S.	Einwärmen, Volleyball, Spiel
Donnerstag	11. Okt	19.30Uhr	Simon S.	Einwärmen, Stabi, Unihockeyübungen, Spiel
Donnerstag	18. Okt	19.30Uhr	Sandro C.	Einwärmen, Stabi, Matterhornbrennball, Spiel
Donnerstag	25. Okt	19.30Uhr	Peter K.	Einwärmen, Stabi, Kondition, Spiel
Donnerstag	01. Nov	19.30Uhr	kein Training	Allerheiligen
Donnerstag	08. Nov	19.30Uhr	Reto O.	Einwärmen, Kraft-Circuit, Spiel
Freitag	09. Nov			Generalversammlung TV Inwil
Donnerstag	15. Nov	19.30Uhr	Martin S.	Einwärmen, Stabi, Ballspiele
Donnerstag	22. Nov	19.30Uhr	Fabio B.	Einwärmen, Stabi, Stafetten, Spiel
Donnerstag	29. Nov	19.30Uhr	Stefan Sch.	Einwärmen, Stabi, Hinternislauf, Spiel
Donnerstag	06. Dez	19.30Uhr	Simon S.	Einwärmen, Kraftparcour, Spiel
Donnerstag	13. Dez	19.30Uhr	Thomas S.	Einwärmen, Stabi, Handball, Fussball
Donnerstag	20. Dez	19.30Uhr	Peter K.	Weihnachtsturnier