

Willkommen beim Wintertraining 2010/2011

Das Donnerstag-Training findet wie gewohnt im Freien statt (19.30 Uhr, Güttingersreuti).

Anstelle des Montag-Trainings beginnt nun das Hallentraining. Wir starten am Di, 30. November 2010 und führen es bis 22. März 2011 wie folgt durch:

Wochentag	jeden Dienstag
Zeit	20.00 Uhr - 21.45 Uhr
Ort	Halle 1 des BBZ, Bleichestr. 1, 8570 Weinfelden
Wichtig:	Keine Wertsachen in den Garderoben lassen!

<i>Datum</i>	<i>Trainingsleiter/in</i>	<i>Trainingsinhalt (Änderungen vorbehalten)</i>
30.11.2010	Gregor Röllli	Einlaufen / Circuit / Spielen
07.12.2010	Thomas + Sabrina Müller	Einlaufen / Circuit / Spielen
14.12.2010	Hans Bichsel	Einlaufen / Circuit / Spielen
21.12.2010	Gerhard Klarer	Einlaufen / Circuit / Spielen
28.12.2010	--	fällt aus
04.01.2011	Thomas + Sabrina Müller	Einlaufen / Circuit / Spielen
11.01.2011	Hans Bichsel	Einlaufen / Circuit / Spielen
18.01.2011	Bruno Hasler	Einlaufen / Circuit / Spielen
25.01.2011	Gregor Röllli	Einlaufen / Circuit / Spielen
01.02.2011	Gerhard Klarer	Einlaufen / Circuit / Spielen
08.02.2011	Thomas + Sabrina Müller	Einlaufen / Circuit / Spielen
15.02.2011	Bruno Hasler	Einlaufen / Circuit / Spielen
22.02.2011	Gregor Röllli	Einlaufen / Circuit / Spielen
01.03.2011	Gerhard Klarer	Einlaufen / Circuit / Spielen
08.03.2011	Thomas + Sabrina Müller	Einlaufen / Circuit / Spielen
15.03.2011	Gregor Röllli	Einlaufen / Circuit / Spielen
22.03.2011	Hans Bichsel	Einlaufen / Circuit / Spielen

Das Hallentraining wird diesen Winter nochmals angeboten. **Ob zum letzten Mal - das liegt in eurer Hand!** Der Vorstand hat entschieden, dass durchschnittlich pro Training 13 Personen anwesend sein müssen, ist dies nicht der Fall, wird die Halle abgegeben. Zu einem späteren Zeitpunkt wieder eine Halle zu kriegen, ist aussichtslos.

Deshalb, unser letzter Aufruf: **Kommt bitte ins Hallentraining!**

Im Hallentraining werden viele Muskeln gebraucht, die beim reinen Joggen wenig arbeiten müssen. Nutzt die Chance, diese Muskeln wieder zu reaktivieren. Vielen Dank im Voraus für eure Teilnahme.

Herzlichen Dank Geri, Hans, Thomas + Sabrina, Bruno, Gregi und Jessi fürs Leiten!

Tel. Gregor: 076 381 07 27
Tel. Gerhard: 071 636 16 04
Tel. Jessica (Ersatz): 071 622 73 54

Tel. Bruno: 071 920 13 37 / 078 791 14 61
Tel. Thomas + Sabrina: 071 565 53 74
Tel. Hans: 071 695 31 39
Tel. Abwart, Hanspeter Büchel: 079 457 79 51

Für allfällige Fragen steht Sara Koster (Tel. 071 620 01 41) zur Verfügung.

**Am Montag, 28. März 2011 beginnen wir wieder mit dem Training
im Freien - das heisst: 19.30 Uhr ab Güttingersreuti.**