



# TV OTELFINGEN

## Trainingsweekend in Willisau 14./15.04.2007

Liebe Turnerinnen und Turner

Schon bald geht es wieder in das alljährliche Trainingsweekend. Im Jahre des Eidgenössischen Turnfestes, welches bekanntlich in Frauenfeld stattfindet, schlägt es uns Richtung Innerschweiz nach Willisau. Ich hoffe wir werden auch da auf ähnlich perfekte Trainingsmöglichkeiten treffen, wie in den Vorjahren in Filzbach.

Die Einen werden dieses Jahr schon am Freitag Morgen anreisen, während die Anderen wie gewohnt am Samstag Morgen mit dem Car nachreisen. Nach getaner Arbeit werden wir am Samstag Abend gemeinsam das Nachtessen zu uns nehmen. Im Gegensatz zu den letzten Jahren schlafen wir wieder einmal in einem Massnlager, deshalb unbedingt den Schlafsack mitnehmen.

Das detaillierte Wochenendprogramm könnt Ihr untenstehend studieren (Für die LA Gruppe, welche am Freitag anreist, gibt es einen separaten Trainingsplan). Sollten noch Unklarheiten auftauchen, könnt Ihr mich jederzeit in den noch verbleibenden Turnstunden oder auch telefonisch fragen (078 770 99 82).

Die Kosten des Wochenendes werden für alle Turnenden vom Verein übernommen (ausgenommen Samstag Abend Getränke). Für die Verpflegung am Mittag und Abend ist gesorgt.

Nun schaue ich vorwärts auf ein gelingendes und erfolgreiches Wochenende mit Euch Allen.

Obertuner  
Simon Thönen

Programm		Samstag 14. April	
06.15		Besammlng	Restaurant Höfli
08.00-08.15		gemeinsames	Einturnen und allgemeine Infos
08.15-09.45	Team-Aerobic	Allround/Gerät	LA
09.45-10.00	Pause		
10.00-11.30	Schaukelring	Team-Aerobic/Allround	LA
11.30-12.45	Allround	Team-Aerobic/Schaukelring	LA
13.00-14.00		Mittagessen	
14.15-14.30		gemeinsames	Einturnen
14.30-15.45	Allround	Team-Aerobic/Schaukelring	LA
15.45-16.00	Pause		
16.00-17.15	Schaukelring	Allround/Team-Aerobic	LA
17.15-17.30	Pause		
17.30-18.45	Team-Aerobic	Allround/Schaukelring	LA
19.30		Gemeinsames	Nachtessen
Programm		Sonntag 15. April	
07.00-08.00		Morgenessen	
08.00-08.15		gemeinsames	Einturnen
08.15-09.30	Allround	Team-Aerobic/Schaukelring	Schleuderball
09.30-09.45	Pause		
09.45-11.15	Team-Aerobic	Schaukelring/Allround	Kugel
11.15-11.30	Pause		
11.30-12.45	Schaukelring	Team-Aerobic/Allround	Kugel/Speer
13.15		Mittagessen anschliessend	Schlussbesprechung und Heimreise

Unbedingt mitnehmen:

Schlafsack  
Nagelschuhe  
Regenschutz  
Warme Kleider