



www.sgschlierbach.ch

Trainingsplan und Ansprechpersonen

Lust auf **Sport, Spiel und Spass** in Schlierbach?
Die Sportgruppe bietet eine breite Palette an
Möglichkeiten für Gross und Klein.

Nachwuchsriegen

Kinderturnen

Basisstufe 1, 2, 3

Start: Montag, 24. August 2020
Training: Montag von 17.00 bis 18.00 Uhr
Kontakt: Flawia Gassmann, 079 447 78 76

Jugi

2. bis 6. Klasse

Start: Donnerstag, 27. August 2020
Training: Donnerstag von 18.15 bis 19.15 Uhr
Kontakt: Michelle Hodel, 079 645 70 77

Volleyball

Ab Jahrgang 2010

Start: Montag, 24. August 2020
Training: Montag von 18.15 bis 19.30 Uhr
Kontakt: Noelle Kirchhofer, 077 452 77 40

Unihockey

Jahrgänge 2006-2009

Start: Dienstag, 25. August 2020
Training: Dienstag von 18.30 bis 20.00 Uhr
Kontakt: Lukas Küng, 079 894 91 31

 **BRANDNEU** 

Unihockey Kids

Jahrgänge 2010-2012

Start: Dienstag, 25. August 2020
Training: Dienstag von 17:15 bis 18:15 Uhr
Kontakt: Erich Steiger, 079 557 33 12

In allen Nachwuchstrainings sind Mädchen und Jungs herzlich willkommen.

BITTE WENDEN

Trainings der Erwachsenenriegen

Melde dich jederzeit für ein unverbindliches Probetraining bei der jeweiligen Kontaktperson.



Männerturnen

Freitag 20:00 bis 21:30

Das Training für über 35-jährige, die sich sportlich betätigen möchten. In ungezwungener Atmosphäre werden am Freitagabend verschiedenste Sportarten gespielt. Spiel, Spass und Geselligkeit stehen im Vordergrund.

Kontakt: André Steiger, 041 921 28 11

Aktivriege

Montag von 19.45 bis 21.15 Uhr

Suchst du eine abwechslungsreiche Aktivität, bei der du ohne Leistungsdruck neue Sportarten kennenlernen kannst? Dann bist du bei uns genau richtig! Von Velofahren über Kraft, div. Ballsportarten bis Klettern und Badminton ist bei uns alles dabei. Du auch? (Bei externen Aktivitäten fallen evtl. Unkostenbeiträge an)

Kontakt: Désirée Galliker, 079 813 64 71

Unihockey Herren

Dienstag von 20.00 bis 21.30 Uhr

Die Herren perfektionieren ihre Technik und das gemeinsame Spiel: Im Unihockeytraining am Dienstagabend. In der Meisterschaft messen sie sich mit anderen Teams.

Kontakt: Pascal Bättig, 079 863 29 20

Unihockey Plausch

Mittwoch von 20.15 bis 21.45 Uhr

In diesem Training steht der «Plausch» beim Unihockeyspielen im Vordergrund. Es ist offen für alle und es werden keine Fähigkeiten vorausgesetzt.

Kontakt: Lukas Küng, 079 894 91 31

Frauenturnen

Mittwoch von 19.00 bis 20.10 Uhr

Von Yoga und Aerobic über Walking bis hin zu LineDance sind die Frauen am Mittwochabend in unterschiedlichsten Sportarten und Tätigkeiten aktiv.

Kontakt: Claudia Lustenberger, 079 654 86 64

Team Aerobic

Donnerstag von 20.15 bis 21.45 Uhr

Die Mischung aus Tanz und Sport garantiert ausgewogene Bewegung und Spass. Die Turnerinnen üben gemeinsam Choreografien ein und führen diese an Wettkämpfen auf.

Kontakt: Andrea Fahrni, 079 255 74 90

Alle Trainings finden, unter Einhaltung der BAG-Vorschriften, in der Mehrzweckhalle Schlierbach statt.

Allgemeine Infos: Yanick Schmid | info@sgschlierbach.ch | 079 884 31 82

Wir freuen uns auf dich!