



Arbeitsprogramm Aktive Schwinger 2021/22

Konditionstraining Top Gym Sarnen

Ort: Top Gym, Sarnen
Wochentag: jeden Freitag
Zeit: 19:30
10 Minuten vor Beginn bereit. Start 29. Oktober 2021

Schwing-Training (Technik)

Ort: Schwinghalle Stans
Wochentag: Mittwoch
Datum: 10.11.2021 – 22.12.2021
Zeit: 19.30 Uhr – 21.00 Uhr
Leitung: TK-ONSV

Kant. Schwingtraining

Ort: Schwinghalle Stans
Wochentag: Mittwoch
Datum: 05.01.2022 – 14.09.2022
Zeit: 19.30 Uhr – 21.00 Uhr
Leitung: TK oder Sektions-TL
Trainingsinhalte: Einlaufen max.20 Min. Schwerpunkt Wettkampfschwingen

Magronäplausch

Wann: 12.10.2022
Thema: Vorstellen des Trainingsprogramms für das nächste Jahr und gemütliches Beisammensein.

ISV Training (für alle Kranzer)

Noch offen

Kampfrichterkurs ONSV/UKSV

Attinghausen 22.02.2022

TL ONSV
Peter Imfeld
Breitenstrasse 34
6078 Lungern
078 666 38 82
peter.imfeld@helvetia.ch