

Trainingsplan LV Huttwil Winter 2023/24

Altersklasse	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
U18 / U16		18.30 – 20.15 Uhr Schwarzenbach Halle Schürch/Mathys Athletik /Technik		19.00 – 20.30 Uhr Campus Wüthrich/Lüthi Athletik & Kraft		10.00 – 11.30 Uhr Schwarzenbach Halle Lauftraining	
U14		18.30 – 20.15 Uhr Schwarzenbach Halle Schürch/Mathys Athletik/Technik		19.00 – 20.30 Uhr Campus Wüthrich/Lüthi Athletik & Kraft		10.00 – 11.30 Uhr Schwarzenbach Halle Lauftraining	
U12 / U10				18.30 – 20.00 Uhr TH Rohrbach Vetter / Strahm Wüthrich Kajra		10.00 – 11.30 Uhr Schwarzenbach Halle Trainer nach Plan Lauftraining	
Lauftraining / Sprint							
*Spezialtraining (Mehrkampf)							

*Training nach Absprache mit Trainern

U18 / U16	Kurt Wüthrich 079-947 92 45, Corine Schürch 079- 903 05 98
U14	Kurt Wüthrich 079-947 92 45, Corine Schürch 079- 903 05 98, Daniel Lehmann 079-305 08 94
U12 /U10	Christian Vetter 079-266 06 89 , Jana Strahm 079-902 40 23, Shana Wüthrich 076- 761 64 71
Lauftraining	Kurt Wüthrich 079-947 92 45, Christian Vetter 079-266 06 89, Armin Leibundgut 079- 757 57 40