

Trainingspläne 2019



Hallentraining 2019

Samstag, 6. April	16:00Uhr - 17:00Uhr	Jahrgänge 2011,2012,2013
	17:00Uhr - 18:00Uhr	Jahrgänge 2008,2009,2010
	18:00Uhr - 19:00Uhr	Jahrgänge 2005,2006,2007

Trainer: Franz Raisun, Ladina Barbüda

Samstag, 13. April	16:00Uhr - 17:00Uhr	Jahrgänge 2011,2012,2013
	17:00Uhr - 18:00Uhr	Jahrgänge 2008,2009,2010
	18:00Uhr - 19:00Uhr	Jahrgänge 2005,2006,2007

Trainer: Beat Vonlanthen, Corsin Raisun, Giovanni Cutulle

Samstag, 27. April	16:00Uhr - 17:00Uhr	Jahrgänge 2011,2012,2013
	17:00Uhr - 18:00Uhr	Jahrgänge 2008,2009,2010
	18:00Uhr - 19:00Uhr	Jahrgänge 2005,2006,2007

Trainer: Fadri Mosca, Beat Vonlanthen



Das Sommertraining beginnt ab dem 20. Mai.

Plans da trenamaint 2019



Trenamaint in halla 2019

sonda, 6 avrigl	16:00h - 17:00h	annadas 2011,2012,2013
	17:00h - 18:00h	annadas 2008,2009,2010
	18:00h - 19:00h	annadas 2005,2006,2007

Trenader: Franz Raisun, Ladina Barbüda

sonda, 13 avrigl	16:00h - 17:00h	annadas 2011,2012,2013
	17:00h - 18:00h	annadas 2008,2009,2010
	18:00h - 19:00h	annadas 2005,2006,2007

Trenader: Beat Vonlanthen, Corsin Raisun, Giovanni Cutulle

sonda, 27 avrigl	16:00h - 17:00h	annadas 2011,2012,2013
	17:00h - 18:00h	annadas 2008,2009,2010
	18:00h - 19:00h	annadas 2005,2006,2007

Trenader: Fadri Mosca, Beat Vonlanthen



Il trenamaint da stà cumainza a partir dals 20 mai.